



163

# మా న వు డే క ర

163

మా 0 0

జే మ్మె ఎ తె న్  
విశ్వవిఖ్యాత తత్వవేత్త

అనువాదకుడు

తి పి ర్నె వి ల క్షీ నా రా య ణ

రెండవముద్రణ

1989 సెప్టెంబరు

తెలుగు ప్రజల కోసం



సంకల్పము  
తిప్పిరేని లక్ష్మీనారాయణ

హిందీ ప్రచారక

రామకృష్ణ గ్రంథమండలి

పటాన్పుర

విజయవాడ - 6

వెల రు. 6-00

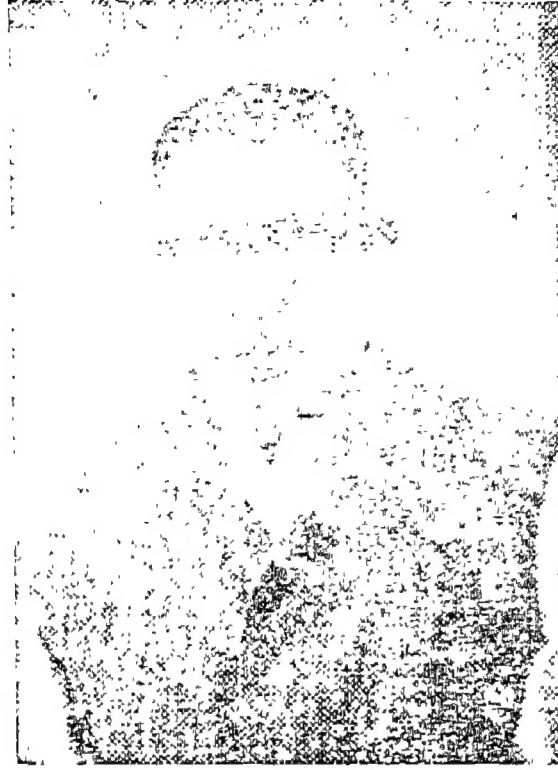
163

సంకల్పము పత్రము

విజయవాడ

తెలుగు ప్రజల కోసం

# అంకితము



సరసులు, సహృదయులు, శాంతస్వభావులు  
నాకు చిరకాలపరిచితులు

వేంకట్రామా అండ్ కో ప్రొప్రయిటరు  
శ్రీ ఈదర వెంకట్రామయ్యగార్కి  
సాదరముగ

— తిప్పిర్నేని లక్ష్మీనారాయణ

# అభినందన

మానవుడు స్వతంత్రుడా! అస్వతంత్రుడా? ఇది  
చిరకాలంగా తత్వవేత్తలను వేధిస్తున్న ప్రశ్న.

కొందరు మానవుడు అస్వతంత్రుడని అంటారు.  
ప్రకృతిలో ప్రతిది కార్యకారణబద్ధమై ఉంటుంది. ప్రతిది  
మరొకదానికి కారణమవుతుంది. అది వేరొకదానికి కారణ  
మవుతుంది. ఈ కార్యకారణసూత్రం అనంతం. మానవుడు  
కూడ ప్రకృతిలో భాగమే కనుక అతడుకూడ కార్యకారణ  
సూత్రబద్ధుడే. ఒకపని తాను తన ఇచ్ఛానుసారంగా  
చేస్తున్నానని మానవుడు భావించినప్పుడుకూడా, అతనికి  
తెలియకుండా అతనిపని అంతకుముందు చేసినపనినిబట్టి,  
లేదా ఆలోచననుబట్టి నియతమై ఉంటుంది. “బుద్ధి  
కర్మానుసారిణి” అని ఆర్యోక్తి. శివాజ్ఞలేనిదే చీమైనా  
కుట్టదని సామెత. పూర్వజన్మలో చేసిన పనులనుబట్టి ఈ  
జన్మలో మనిషిచేసే పనులు ఉంటాయన్నది ఒకమత  
విశ్వాసం.

అయితే మరికొందరు మానవుడు స్వతంత్రుడని  
వాదిస్తారు. అతనికి free will నిర్ణయస్వేచ్ఛ వున్నదని  
భావిస్తారు. మంచిచెడులలో ఎదోఒకదాన్ని, నీతి అవినీతి  
లలో ఏదోఒకదాన్ని ఎంచుకునే స్వేచ్ఛ మానవునికి  
ఎల్లప్పుడూ వుంటుందని వారి విశ్వాసం.

పాశ్చాత్య తత్వవేత్తలలో అస్తిత్వవాదం అనే ఒక  
 భాషకు చెందినవారు ఈ నిర్ణయ స్వేచ్ఛావాదాన్ని  
 పరాకాష్ఠకు తీసుకువెళ్లారు. నిర్ణయస్వేచ్ఛ తేని చేమానవుడే  
 తడని, నిజానికి మానవుడు స్వేచ్ఛా శాపగ్రస్తుడని  
 (Man is Condemned to be free) జాఫోల్ రూపొందించిన  
 తత్వవేత్త అభిప్రాయం.

నిజుతివాదం (డిటర్మినిజం) స్వేచ్ఛావాదం  
 (Freewill) ఈ రెండింటిలో ఏది నిజమనే ప్రశ్న ఎడ్యు  
 తేగనిది.

జేమ్స్ ఎలెన్ అనే అమెరికన్ తత్వవేత్త తన  
 Man King of mind, Body and circumstance  
 అనే గ్రంథంలో మానవుడు స్వతంత్రుడు అనే వాదాన్ని  
 సమర్థించాడు. మానవుడు బాహ్యప్రపంచాన్ని తనకు  
 అనుగుణంగా మార్చలేకపోవచ్చు. కాని బాహ్యప్రపంచాన్ని  
 నికీ అనుగుణంగా తన మనస్సును మార్చుకొని తాను  
 పెట్టుకున్న లక్ష్యాలను సాధించగలడు. మానవుడు విస్మయకర  
 యుడు కాదు, పరతంత్రుడుకాదు. అతడు తాను ఎటు  
 వంటివాడు కాగోరితే అటువంటివాడు కాగలడు. ఒక  
 మనిషి ఎప్పుడూ చెడు ఆలోచనలు చేస్తుంటే చెడ్డవాడూ  
 అవుతాడు. మంచి ఆలోచనలు చేస్తుంటే మంచివాడూ  
 అవుతాడు. ఆలోచనలను బట్టే ఆచరణ వుంటుంది.  
 మానవుడి ఆలోచనలు, అలవాట్లు, ఆచరణ, శరీరావస్థ  
 ఇవన్నీ అతడి స్వభావాన్ని నిర్ణయిస్తాయి. అతడి చుట్టూ

వున్న సాంఘిక పరిసరాలు ఎటువంటివైనా, వాటిని అక్రికమించి తన భవిష్యత్తును, తన జీవితాన్ని తీర్చిదిద్దుకునే స్వేచ్ఛ అతనికి వుంది.

నీతిమంతుడు కాగోరినవ్యక్తి నీతిమంతాలైన ఆలోచనలు చేయాలి, అటువంటి అలవాట్లు అలవరచుకోవాలి. నైతికజీవనం నిరంతర సాధనవల్ల సాధ్యమవుతుంది.

శ్రీకిజీవితంలో నైతిక నిష్ఠాప్రాధాన్యాన్ని జేమ్స్ ఎలెన్ పైన కేర్కొన్న ఇంగ్లీషు పుస్తకంలో చక్కగా వివరించారు. దాన్ని శ్రీ తిపిర్నేని లక్ష్మీనారాయణగారు హిందీ నుండి తెలుగులోకి అనువాదంచేశారు.

శ్రీ లక్ష్మీనారాయణగారు జిజ్ఞాసువు, ఆలోచనాపరుడు. ఈ రోజులలో నైతికమూల్యాల పతనంవల్ల ఆపేదనిచెందే స్వభావం కలవారు. సద్గ్రంథపఠనంవల్ల, సత్సంగత్యంవల్ల జీవితం తీర్చిదిద్దుకున్నవారు. హిందీ ప్రచారాలు ఇదివరలో కొన్ని గ్రంథాలు వ్రాశారు. జేమ్స్ ఎలెన్ పుస్తకాన్ని “మానవుడే కర్త” అనే పేరుతో తెలిగించారు. అనువాదభాష సరళంగా తేటతెల్లంగా వుంది. అందుచేత ఎల్లరు ఆసక్తితో పఠించడానికి యోగ్యంగా వుంది. ఈ మంచిగ్రంథం తెలుగువారికి అందించినందుకు శ్రీ లక్ష్మీనారాయణగారిని అభినందిస్తున్నాను.

విజయవాడ

4-9-89

— నండూరి రామమోహనరావు

ఎడిటర్, ఆంధ్రజ్యోతి(దినపత్రిక)

విజయవాడ

## కృతజ్ఞతలు

నిరంతర సంపాదకీయ కార్యనిమగ్నలయి యుం  
 ముప్రసిద్ధపాత్రికేయులు, 'ఆంధ్రజ్యోతి' దినపత్రిక సంపా  
 దకులు శ్రీనందూరి రామమోహనరావుగారు నేను కోరినంత  
 వా యీ పుస్తకమునకు తొలిపలుకు వ్రాయుట కంగీకరిం  
 టనుబట్టి వారి విశాలోన్నత సహృదయత తేటతెల్లమ  
 చున్నది. అట్లుగుటవారికి నేను వినయవినిమిత మస్తకముల  
 కృతజ్ఞతాభివందనములు సమర్పించుకొనుచున్నాను.

నాకు చిరకాలపరిచితులు, వేంకట్రామా అండ్  
 పాప్రయిటరు శ్రీ ఈదర వెంకట్రామయ్యగారు  
 పుస్తకాన్ని పఠించి ఆనందించి తన ప్రెస్సులో అచ  
 వేయించి యిచ్చినారు. వారి యీ భౌదార్య  
 ప్రశంసనీయము.

వారికి మనః పూర్వకంగా కృతజ్ఞతను తెలు  
 కొనుచు సంతృప్తిజెందుచున్నాను. వారికి పరమేశ్వర  
 పరిపూర్ణాయురారోగ్యముల బ్రసాదించుగాక !



# మా న వు డే క ర్త

## అ లో చ న ల ప్ర భా వి ము

మన సుఖ దుఃఖములకు మనస్సు అనుకూలముగా  
దుఃఖములు మా న సి కా వ స్త లు. మనస్సు అనుకూలముగా  
దై వముగాని, దానవుడుగాని కాదు. మనస్సు అనుకూలముగా  
బాహ్య పరిస్థితులుగాని మనస్సు అనుకూలముగా  
లు గావు. మన సుఖ దుఃఖములు మనస్సు అనుకూలముగా  
మాల కారణములు. మనస్సు అనుకూలముగా  
లోచన కలుగును. అ లోచనముగా  
గాచరింతుము. కార్యానంతరము మనస్సు అనుకూలముగా  
సుఖముగాని, దుఃఖముగాని కాదు. మనస్సు అనుకూలముగా  
లోచనల జేయుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
త్పలితముగ మనకు సుఖము, కాదు. మనస్సు అనుకూలముగా  
నము చెడ్డ అలోచనల జేయుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
యుదుము. అవును మనకు మనస్సు అనుకూలముగా  
కుక మనము మనజీవితమును మనస్సు అనుకూలముగా  
నకుండ సుఖ పొభాగ్యవంతులము మనస్సు అనుకూలముగా  
ని మన అలోచనలను మాన్పుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
లోచనలను చెడ్డ పనులను జేయుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
వును మన జీవనవిధానమే మాన్పుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
నజీవనము శాంతి నిలయుముగ నిలబడుదుమేని మనస్సు అనుకూలముగా  
సుఖము నందనేరదు. ఇరోపకాకరముగా మనస్సు అనుకూలముగా  
దయుడే సుఖము, శాంతి పొందకలదు.

రించు కార్యములనుబట్టియే ఫలితముండను. “ఏది విత్తు  
దాచో అదే కోయదువు” అను సామెత సార్వకాలికము.  
సార్వదేశికము. కారణమును బట్టియే కార్యముండను.  
మనము మన దురభ్యాసములను, దుర్గుణములను దూర  
మొనరించుకొని వాటి స్థానమున సద్భ్యాసములను, సద్గుణ  
ములను అలవలించుకొనగలము. మనల మనమే ఉద్ధరించు  
కొనగలము, ఆత్మవిజయమందో అద్భుత శక్తి కలదు. ఆత్మ  
సంయమముద్వారా మనము మన జీవితమును సంస్కరించు  
కొందుమేని మనకు అపార నరకము కలుగ గలదు.

ప్రతి మనుష్యుడు తన ఆలోచనలద్వారా పరిమిత  
జీవనము గడుపుచుండను. కాని అతడు తన ఆలోచనల  
పరిమితిని విస్తరింప జేసుకొనగలడు. అపుడాతని జీవన  
స్థాయి పెంపొందగలదు. అతడు తన నింద్యకుత్సితా  
లోచనలను త్యజించి ఉత్తమ లోచనలను స్వీకరింపగలడు.  
అతడు అధోగతినుండి ఊర్ధ్వగతికి ప్రాప్తింపగలడు. అపు  
డాతనిశక్తియ మర్మములు పెంపొందగలవు. ఆతనిప్రవర్తన  
ప్రకాశవంతమయి పరిసరముల ప్రభావితము గావించు

...

ష్యుడు తన ఆలోచనల కనుగుణముగనే అధ  
ఉత్తమముగనో రూపొందుచుండను. ఆతని  
సంకుచితములగుచో ప్రపంచమంతయు  
కముగనే కనబడును. ఆతని ఆలోచనలు  
చో ప్రపంచమంతయు ఆతనికి వ్యాకో

చముగానే కన్పించును. మానుష్యవి చుట్టు ప్రక్కలగల ప్రతి వస్తువుమీద ఆతని ఆలోచనల ప్రభావము ప్రసరించుచుండును.

ఇప్పుడొక వ్యక్తినిగూర్చి ఆలోచింతము. ఆతడు సంశయాత్ముడు. లోభి; అసూయిపరుడు. ఆతనికి ప్రపంచమందలి ప్రతివస్తువు సంశయాత్మకముగ కనబడుచుండును. ఆతనిలో బౌద్ధాధ్యమండదు. కనుక ఆతనికేవల వస్తువునందును సుగుణము కాన్పించదు. వేయేల ఆతనికి ఉత్తమోత్తమ స్వార్థరహిత పరమాద్భుత పగోపకార కార్యమందును స్వార్థపరతయే కాన నగు చుండును.

ఇప్పుడొక వ్యక్తినిగూర్చి తెలుసుకొందము. ఈతడు సంశయరహితుడు, ఉడారుడు, ఉన్నత ఆలోచనా సంపన్నుడు. ఈతడు ప్రతి ప్రాణిలోను సత్యసంధతనే సార్థించు చుండును. నీచమానవులు మొట్టమొదట ఈతడర్కింప తడబడుదురు. విమృట నిలదొక్కకొని, ఈ సాంగత్య ప్రభావమున ఉదారాలోచనాసంపన్నులగు సుఖము, శాంతి సనుభవించగలరు.

భిన్నభిన్న స్వభావులగు ఈ ఇరువురు వ్యక్తులు ఇరుగుపొరుగున నివసించుచున్నను వీరి ఆలోచనలు, ఆదర్శములు, ఆచరణ పద్ధతులు వేరువేరుగనేయుండును. వీరి స్వభావములు, కార్యపద్ధతులు కలియనేరవు. వీరి నైతిక దృక్పథము సయితము ఒకేరీతిగ నుండదు. వీరుభయు

అలో ఒక వ్యక్తి నరకయాతన ననుభవించుచుండును. రెండవ వ్యక్తి స్వర్గసౌఖ్యము ననుభవింపగలడు. వీరిలో మొదటి వ్యక్తి ఇతరులను మోసగించుచుండును. లోకుల కొల్లగొట్ట జూచుచుండును. అందువలన ఆతడు ఇతరులు కూడ తనవంటి స్వభావులుగనే ఉందురని తలంచి ఆత్మ రక్షణము నకు తనవద్ద తుపాకి నుంచుకొనును. రెండవ వ్యక్తి సమస్తజనులను ప్రేమించుచుండును. ఎల్లరను ఆప్యాయితో ఆదరముగ ఆహ్వానించుచుండును. అందుచే ఆతనిచేత సదా సత్యసంధుల సచ్చార్త్రులే సమావేశమయి యుందురు. వారందఱు వానితో ఏకీభవింతురు. వానితో కలిసిమెలసి పోయెదరు. ఆతని సాంగత్య ప్రభావమున వారందఱు ఉత్తములగుదురు. ఆతని హృదయము నుండి ప్రేమవాహిని పొంగిపొరలుచుండును. కనుక సహచరులందఱు ఆతనిని ప్రాణాధిక ప్రేయసిగ ప్రేమించుచుందురు. ఆతనిని మిక్కిలి గౌరవించుచుండురు.

సంఘములో ఈ భిన్నత్వము ఎందుకు ఏర్పడినది? మానవుల, ఆచారములు ఆలోచనలు భిన్నభిన్నములుగ నుండును గనుక వీటి ప్రభావము మానవ సమాజముపయి పడుచుండును. తత్ఫలితముగ మానవులు భిన్నభిన్న వర్గములుగ చీలిపోవుచున్నారు. శ్రమజీవులు బుద్ధిజీవులపయి భిజ మెత్తుచున్నారు. శాని వారు ఈ భిన్నత్వమును తొలగింపలేరు. ఏ కృత్రిమోపాయములద్వారా సమతను స్థాపించలేరు. మానవసమాజములో ఆలోచనాసామ్యము, భావసారూప్యత ఏర్పడినపుడే మానవులలో సమత సాధ్య

మగును. ఆధునికయుగమున మనుష్యులలో ఆర్థికముగ, సాంఘికముగ పర్పడియున్న ఈ హెచ్చు లోచ్చులను నిర్మూలించుటకనేకకృతి మోపాయములు ఆలోచించుచున్నాము. ఇది మనుష్యుల మనస్సులలో, వారి ఆలోచనలలో హెచ్చుతగ్గు భేదములను తొలగించనంతవఱకు ఈ అసమానత ఆంతమొందదు. అనగా మానవుల మనస్సులలో, ఆలోచనలలో మార్పుతీసుకొనిరావలెను. అపుడే మానవ సంఘమునగల హెచ్చులోచ్చులు నశించి సమ సమాజము సాధ్యమగును. ప్రభుత్వ శాసనముల గౌరవించువారు, వాటిని ఉల్లంఘించువారు - వీరుభయలు సమాజముగ భిన్నస్వభావులుగా నుండుదు. వారి యీ భిన్నత్వమునకు వారి దర్పాహంకారములుగాని, ఈర్ష్యాద్వేషములు గాని కారణముగాదు. వారి యీ భిన్నత్వమునకు వారి ఆలోచనలే, ఆచార వ్యవహారములే, కార్యపద్ధతులే కారణములు. హింసవలన స్వర్గ రాజ్యము ప్రాప్తించదు. అది దాని సిద్ధాంతము ననుసరించి తన చరిత్రను రూపొందించుకొనినవానికే లభించగలదు.

ప్రతిమానపుడు తన పరిమిత లేక విశాల భావనా ప్రపంచ పరిధి ననుసరించియే కార్యమాచరించుచుండును. మానవుని బడిపిల్లలతో పోల్చువచ్చును విద్యార్థి తన యోగ్యతనుబట్టియే తనకు తగిన తరగతిలో చేరుచున్నాడు. సరిగా ఇదేవిధముగా మానవుడు తన యోగ్యతనుబట్టియే సంఘమున స్థానమును సంపాదింపగలడు. ప్రాథమిక పాఠశాల విద్యార్థి ఉన్నత విద్యాలయ పాఠ్యక్రమమును

అర్థము చేసుకొనలేదు. ఆతనికది అయోమయముగా నుండగలదు. కాని ఆతని బుద్ధి వికసించినకొలది, యోగ్యత పెంపొందినకొలది ఆతడు దానిని అర్థము చేసుకొనగలడు. అపుడాతడువరుసగ అన్ని తరగతులలో ఉత్తీర్ణుడగును. మానవజీవితమును విద్యార్థి జీవితమునే పోలియున్నది. ఈ రీతిగనే స్వార్థపరులు, క్షుద్రస్వభావులు, సంకుచిత చిత్తులు సయితము తమ సత్సంకల్పములద్వారా, సదాలోచనలద్వారా తమ క్షుద్రస్వభావమును త్యజింతురేని, తమ స్వార్థమును విడనాడుదురేని, కోపమును జయింతురేని, తమ నైతిక స్థాయిని పెంపొందించుకొందురేని మహాపురుషులయి ప్రపంచములోని పాపమును ప్రత్యక్షన జేసి మానవలోకమునకు చిరస్మరణీయులగుదురు.

మానవుడు తన మంచిచెడ్డ ఆలోచనలనుబట్టియే పవిత్రుడో, పతితుడో అగును. ఇది ప్రకృతి నియమము. ప్రతి మానవుడు స్వీయాలోచనా పరిధిలోనే పరిభ్రమించుచుండును. అదియే ఆతని ప్రపంచము. ఆ ప్రపంచములోనే ఆతని అలవాట్లు ఏర్పడుచుండును. అతడందే తన్మయుడయి ఆనంద మనుభవించుచుండును. కాని సంకుచిత చిత్తుడు, పతితమానవుడు శాశ్వతముగ తన జీవితకాల పర్యంతము తన సంకుచిత పతితావస్థలోనే పడియుండవలయునని ఎక్కడను ప్రవాసిపెట్టబడలేదు. ఏ ప్రవక్తయు అట్లు చెప్పియుండలేదు. మనుష్యుడు వాంఛించునేని తన ఆలోచనలను, భావములను ఉన్నతములుగ, ఉదారములుగ

యాపొందించుకొని ధీర్ధ్వగతిని బ్రాపించి సుఖమునుభవించు  
గలడు. అతడు త్రముడగుటకు స్థిర సంకల్పము దయినంతనే  
అతని సంకుచిత స్వార్థబంధములు తుత్తనియలయిపోగలవు.  
అపుడాతడు విశాకోన్నత పవిత్రప్రపంచమున విహరింప  
గలడు. అపుడాతని జీవితము సార్థకమయి, సుఖసౌభాగ్యో  
పేతమయి ప్రకాశింపగలదు.

“మన దుఃఖములకు మనమే బాధ్యులము. ఇంకెవ్వ  
రునుగారు. కార్యరూప ఫలమును మనమే. కారణమును  
మనమే. అందుకలననే మనము స్వతంత్రులమునుట. నేను  
దుఃఖనైనయెడల ఆ దుఃఖము నేను తెచ్చిపెట్టుకొనినదే.  
నేను తలచుకొనినయెడల సుఖవంతుడనుగా మారగలనను  
టకు రుజువును అదియే నరుని ఇచ్ఛాశక్తి పరిస్థితు  
లన్నింటికిని అతీతమయి పరగుచున్నది. అనగా నరునందు  
గల బలిష్ఠమునుమహత్తరమును, అఖండమును నగు చ్ఛా  
స్వాతంత్ర్యములుయెదుట ప్రకృతియు జోహారులనవలసినదే.  
తలవంచి చాస్యము చేయవలసినదే. కర్మసూత్రముయొక్క  
మహిమ యిట్టిదే సు !

—స్వామివివేకానంద.

సోదరా ! నీ అదృష్టమునకు నీవే కర్తవు. నీ  
వెన్నతును నేను దీనుడను, హీనుడను, దురదృష్టవంతు  
డనుకొనవద్దు. నిన్నునీవు పరమాత్మ స్వరూపుడవును  
కొనుము. నేను స్వతంత్రుడను, ముక్తుడను అనుకొందువేని



స్వతంత్రుడవు, ముక్తుడవు అగుదువు. సమస్త శక్తులు,  
సమస్త సంపదలు నీలోనే కలవు.

నీవు ఎటువంటి ఆలోచనల జేయదువో. అటువంటి  
వాడవే అగుదువు.

నిన్నునీవు పాపాత్ముడను అనుకొందువేని పాపాత్ముడ  
వగుదువు మూర్ఖుడవనుకొందువేని మూర్ఖుడ వగుదువు.  
దుర్బలుడ వనుకొందువేని దుర్బలుడ వగుదువు. అవుదు  
ఈప్రపంచములో ఏ శక్తియు నిన్ను బలాఢునిజేయజాలదు.

—రామతీర్థ.



# బాహ్య ప్రపంచము

మనుష్యునిపై (మనపై) సాంగత్య ప్రభావము పడుచుండును మనమెట్టి సాంగత్యము చేయదుగా అట్టి వారమే యగుదుము. సత్సహవాసముచే సజ్జనుల మగుదుము. దుస్సాంగత్యముచే దుర్జనుల మగుదుము. మానవుడు తన పరిసరముకు అతీతముగ మనజాలడు. ఏ సంఘమున మానవుడు నిత్యము నివసించుచుండునో ఆ సంఘములో ఆతడు ఒక భాగమనుట (ఒకడనుట) నిస్సంశయము. అట్లుగనుట ఆతడు తన యిరుగు పొరుగువారినుండి, తన సహచరులనుండి వేరుగ ప్రవర్తించజాలడు. ఆతడు వారి ఆలోచనల ద్వారా వారిచే బంధింపబడి యుండును. మనుష్యుడు తన ఆభీష్టానుసారము బాహ్యప్రపంచమును మార్చజాలడు. కాని ఆతడు పిచ్చికోరికలను మార్చుకొని బాహ్యప్రపంచమున కనుకూలుడు కాగలడు. ఆతడు సంఘమును మార్చజాలడు. కాని ఆతడు సంఘముప కనుకూలముగ ప్రవర్తించగలడు. ఆతడు పరిస్థితులను మార్చజాలడు. కాని పరిస్థితుల కనుకూలముగ కార్యమాచరింపగలడు. ఆతడు తన మనోవికాసముద్వారా చతురమతియిని పరిస్థితుల నెదుర్కొను మార్గమును కనుగొనగలడు. పరిస్థితులు ఆలోచనల ననుగమించు చుండును. ఆతడు తన ఆలోచనలను మార్చుకొనునేని పరిస్థితులును మారగలవు. అద్దములో నీ ముఖము చక్కగ కనబడవలయునన్న అద్దము శుభ్రముగ నుండవలెను. అద్దముమీద దుమ్ము పేరుకొని

యున్నచో నీ ముఖము పరిగ కనబడదు పరిగదా అది వికృతముగ, విపరీతముగ కనబడగలదు. ఈ విధముగనే ప్రళాంత మనస్సునకు ప్రపంచమంతయు ప్రళాంతముగ కనబడగలదు. మనస్సును జయించుము. కానిని ప్రళాంతముగ, సుందరముగ, ఆనందధానుముగ కనబడగలదు.

మానవుని మనస్సులో అపారమైన అద్భుతశక్తి నిక్షిప్తమయి యున్నది. ఆ శక్తికి సాహాయ్యమున ఆతడు పవిత్రుడు, పరిపూర్ణుడు కాగలడు.

కాని ఆతడు అన్యులను పవిత్రులుగ, పరిపూర్ణులుగ జేయజాలడు. ఏలననగా వారిపయివాని ప్రభావము పరిమితముగ నుండగలదు. మనుష్యుడు తనను మాత్రము తన యిచ్చనచ్చిన చొప్పున మార్చుకొనగలడు. కాని అన్యుని మార్పులలో ఆతనికి క్తి పరిమితముగ పనిచేయును. మనుష్యుడు ఒకేరకపు లక్షలకొలది వ్యక్తులలో ఒకవ్యక్తిగ తన మనుగడ సాగించుకొనుచుండుట మనము ప్రత్యక్షముగ ప్రతిదినము చూచుచున్నాము. ఈ వ్యక్తులు ఎవరంతట వారు స్వతంత్రముగ తమ యిచ్చనచ్చినట్లు వ్యవహరింప జాలరనుట అనుభవవైక వేద్యమే. వారు తమసాటి మానవుల ఆలోచనలను, అభిప్రాయములను గౌరవింప బాధ్యులగుచున్నారు. వారు తమ నిత్య కార్య కలాపములలో పరస్పరము సహకరించుకొనుచు సహజీవనము కొనసాగించుకొనవలసిన వారగు చున్నారు. సంఘములోని ఒక వ్యక్తి

వలన జనులు తమకు నష్టము, కష్టము కలుగునని భావించు  
 కేని ఆతనికి వారు దూరముగ తొలగిపోయెదరు. ఆవృత్తి  
 నలన హాని సంభవింపకుండ ఆత్మరక్షణోపాయముల నవలం  
 బింతురు. మనుష్యులు తమకు కలరా, మశూచికము  
 మున్నగు అంటువ్యాధులు సంభవించినపుడు మందుల  
 ద్వారా వాటి విషక్రిములను అంతమొందించు కొనునట్లు  
 మానవసమాజము తనలోని దుశ్చరితులను దూరము  
 గావించుకొనును. ఆదుశ్చరితులు తమ అకార్య కర  
 ణములద్వారా సంఘ మను శరీరమును గాయపఱతురు.  
 దుష్టులను సంఘము బహిష్కరించినపుడు వారు మిక్కిలి  
 బాధపడుదురు. కాని సంఘ మను శరీరము స్వస్థమయి సుఖ  
 మనుభవింపగలదు. ఏకార్యమును సంఘమునకు అతీతముగ  
 నుండజాలదు. నీ వేకార్యమునయిన ఎంతరహస్యముగ  
 జేసినను దాని ఫలితము బహిర్గతముకాక మానదు. ప్రతి  
 మానవునకొక జీవన గ్రంథముండును. అందుఆతడాచరించు  
 ప్రతికార్యము రికార్డుచేసి యుంచబడును. దానిపయి విచా  
 రణ జరుపబడును. కనుక సంఘములో ఒకవ్యక్తి చేయుపనులు  
 వాని వలకే పరిమితములయి యుండవు.

అవి సర్వప్రపంచమునకును వర్తింపగలవు. అనగా  
 ఆతని కార్యముల ఫలితము ఆతడొక్కడే అనుభవించునని  
 తలపోయరాదు. ఆ ఫలితము సంఘముంతయు అనుభవింప  
 గలదు. మనుష్యుడు తాను చేయు దుష్కర్మల ఫలిత  
 ములు ననుభవింపకుండ తప్పించుకొనజాలదు. కాని ఆతడు  
 దుష్కర్మలజేయ బ్రేరేపించు ఆలోచనలను త్యజించి

వాటివలన కలుగు ఫలితములనుండి తప్పించుకొనగలడు. కనుకనే మానవులు తమ చెడ్డ ఆలోచనలను మానుకొని మంచి ఆలోచనలద్వారా మంచిపనులుచేయట కలవాటు పడవలెను. ఇది మానవుని ముఖ్య కర్తవ్యము. అప్పుడే అతడు సుఖపడగలడు. తత్ఫలితముగా సంఘమును సుఖ పడగలడు.

నీవు బాహ్యజగత్తును మార్చలేవుకాని దానినుండి నీకు హాని సంభవింపకుండ నడచుకొనగలవు. నీ బంధ మోక్షములకు మూలకారణము నీ అంతరంగమందే కలదు. అన్యులు నీ కపకారము గావించుచున్నారనిన దానికి దోషివి నీవే. నీ కర్మల ఫలితముగానే వారు నీ కపకారము గావింప వివశులగుచున్నారు. బాహ్యపరిస్థితులు నిమిత్తమాత్రములే. కారణభూతుడవు నీవే. నీ దుష్కర్మలే నీకు హాని కలుగజేయుచున్నవి. నీ సత్కర్మల మూలముననే నీ సౌభాగ్యము నిర్మాణమగుచున్నది. మనుష్యుడు తానుచేయు మంచి చెడ్డ పనులవలననే మంచి చెడ్డ ఫలితములు అనుభవించుచున్నాడు. ధార్మిక పురుషుని కేవలము హానిగావింపజాలరు. అతడు ఎల్లప్పుడు ప్రపంచముగా కాలము గడుపుచుండును. అతడు సమస్త జనుల శ్రేయస్సును కాంక్షించుచుండును. అందుచే ఎవరును అతనికపకారము గావింప నుంకింపడు. ఒకవేళ ఎవడైనా అతనికి కపకారముగావింప నుప్రకమించునేని తుడుకాతడే నష్టపడగలడు. అతడు నిరంతరము పరులకుపకారము

గావించుచుండును. అందుచే అతడు నిత్యము సుఖము శాంతి ననుభవించుచుండును. అతని సమస్త కార్యకలాపమునకు అతని సత్సంకల్పమే, సచ్చారిత్రమే మూలహేతువు. వాటి ఫలితము సుఖము, మఱి శాంతియనుట నిక్కము.

సంఘములో ఒకవ్యక్తి మఱొక వ్యక్తిపయి అసవాదువేసిన అతనికి సంఘములో అప్రతిష్ఠ కలుగునని తలంచునుకాని వానియీ తలంపు సరియైనదికాదు. ఒకవ్యక్తి ఏ వ్యక్తిని అపఖ్యాతిపాలు గావింప గోరునో అతనిని అపఖ్యాతిపాలు చేయలేకపోగా తుదకు తానే అపఖ్యాతిపాలగును. చెడ్డవాడే మఱొకనిని చెడ్డవాడనును. చెడ్డవాడే ఇతికులపయి అపనిందలువేసి తన చెడుగును కప్పిపుచ్చుకొనుటకు తానునిర్దోషి ననిపించుకొనుటకొరకు అనేక అబద్ధములొడును. అతడు అసత్యమును సత్యముగ చిత్రింప బ్రయత్నించును వట్టి అపనిందలవలన సజ్జనుడు వ్యాకుల విత్తుడుగాడు. ఇట్టి దోషదూషిత వాతావరణమునకు అతడు దూరముగ నుండును. అందుచే సజ్జనుడు తనపయి వేరుబుడు అభౌండముల లక్ష్యపెట్టడు. వాటికతడు తొణకుడు, బెణకుడు. అందువలన వాటిప్రభావము వానిపయి ఏమాత్రమును పడదు: మూర్ఖుడేవడేని సూర్యునిపయి రాయి విసరునేని అది సూర్యుని ఏమియు చేయజాలదు. ఆ రాయి తిరిగి వచ్చి వానిమీదనే పడును. ఈ రీతిగనే సజ్జనునిపయి వేయు అభౌండములు వానినేమియు చేయజాలవు. బుద్ధులగ

వానుడు నిత్యము తన శిష్యులకిట్లు ప్రబోధించు చుండువాడు :-మీలో ఎవరేని వాడు నన్ను తిట్టినాడు, వీడు నన్ను కొట్టినాడు, ఫలానివ్యక్తి నన్ను అవమానించినాడు యీటి మోసగించినాడు నాకు హాని గావించినాడు" అని తలంచెదరేని మీకు సత్యసాక్షాత్కారము కలుగనేరదు. మీ ఆత్మోన్నతి ఆగిపోవును.

పరిసరములుగాని, పరిస్థితులుగాని వాటంతట అవి మంచివిగావు, చెడ్డవియుగావు. మన మనోభావమునుబట్టియే అవి మనకు మంచివిగనో, చెడ్డవిగనో, అనుకూలములుగానో, ప్రతికూలములుగానో కనబడుచుండును. మనుష్యులు సామాన్యముగా ఇట్లు తలచుచుండురు. "నాకు పరిస్థితులు అనుకూలించి యుండినచో, నావద్ద తగినంత ధనముండియున్నచో, నాకు పెద్దల వాకో సహాయము లభించి యుండియున్నచో, నాకు చాలినంత కాలవ్యవధి లభించి యుండినచో, తగినంత స్వేచ్ఛయుండియున్నచో కుటుంబ మందలి జగడములు, జంజాటములు లేకుండినచో నేను ప్రపంచమున అనేక ఘన కార్యములను సాధించియుండెడివాడను." ఈతని యీ తలంపు సరియైనదికాదు. వాస్తవము నకు మానవుని ఘనకార్యముల జేయుకుండ ఆటంకపఱచునవి ఇట్టి శుష్కప్రసంగములజేయ ప్రేరేపించువాని దుర్బలాలోచనలే. వాని మనోదౌర్బల్యమే అనుట సమంజసము. పైనుదహరించిన కారణములు స్వయంశక్తి సంజనితములు కానేకావు. మనుష్యుడు తన మనస్సులో వాటికి స్వతః



శాహ్యప్రపంచము

లేనిశక్తిని వాటికాపాదించి దీనుడు, హీనుడు, దయనీయుడు అగుచున్నాడు. మానవుడు తన వనోదౌర్బల్యమునకు, జీవన యద్ధతేత్రమున తనకు కలుగు అపజయమునకు తన అంత. రంగమున ఇట్టిభావనకు స్థానమిచ్చుటయే కారణమనిభావించుటలేదు. ఇదివాని స్వభావదౌర్బల్యము మీదు మిక్కిలి తన యీస్వభావ దౌర్బల్యమును నిందించుటకు మారుగ తన అపజయమునకు బాహ్యపరిస్థితులు, కాలకర్మలు, అదృష్టాదృష్టములు కారణభూతములని తలంచి వాటిపయి నిందమోపు చున్నాడు.

దృఢనిశ్చయము, సంకల్ప ద్రఢిమ లేకపోవుటయే మానవుని దౌర్బల్యములోనికెల్ల నికృష్ట దౌర్బల్యము మానవుడు జీవనసంగ్రామ రంగమున తా నెదుర్కొను ప్రతికూల పరిస్థితులను, ప్రతిబంధకములను ప్రబల విరోధ కములుగ భావించక వాటిని కార్యోత్సాహ వర్ధకములగు అనుకూల పరిస్థితులుగ భావించునేని అతని జీవనపథమున అడ్డుగనిలిచిన ఆ ఆటంకములను, అవరోధములను పోరువ ప్రతాపములతో నెదుర్కొని అవలీలగ వాటిపయి విజయము సాధింప సన్నద్ధుడగును. అప్పుడతడు ప్రతికూల పరిస్థితులను ప్రతిరోధించి సఫలతను సంప్రాప్తిజేసుకొనుట కనువగు నూతన మార్గముల నన్వేషింప నారంభించును. ఆవశ్యకత ఆవిష్కరణమునకు జనని (ఆధారభూతము) దీనిని జ్ఞాపకమొందుకొని నడచునేని మానవుని జీవనపథము నిష్కంటకమగును. అప్పుడు ప్రతికూల పరిస్థితులు, ప్రతి

రోధములు ప్రబల సహాయకములుగా బరిణింపగలవు. అవు  
డతడు నూతనోత్సాహ సంభరిత స్వాంతుడగును.

వాస్తవమునకు మానవుడే సమ సమునకు కర్త,  
భర్త. హర్త. నీ ఉన్నతికినీవే సర్వసమర్థుడవు. ఏకైక కారణ  
భూతుడవు, మానవుడు. ఏకాగ్ర చిత్తుడవు తన సర్వ  
శక్తియుక్తులను తన కార్యము పయి కేంద్రీకరించినచో  
ఆతడు ప్రతికూల పరిస్థితుల నిందింపక వాని నెదుర్కొనకటి  
బదుడయి మేరునగధీరుడయి నిలబడగలడు. ఏ వ్యక్తి  
పరిస్థితులను నిందించుచో ఆతడు మానవ శక్తిని గూర్చి  
అలోచించని వాడని తలంచ వచ్చును.

ఆతడు దానిని అనగా మానవశక్తిని ఇంత నటకు  
ఉపయోగించు కొనని వాడని భావింపవచ్చును, మానవుడు  
తన సంపూర్ణ శక్తిని తన మనస్సుతో సంచరింప జేసుకొన  
నంతవఱకు, పరిస్థితులపయి విజయము సాధించనంతవఱకు  
ఆవశ్యకతలు ఆతనిని బాధించు చుండగలవు. ఆవశ్యకతలు  
పరాక్రమ వంతుని జీవన పథమున పురోగమింప ప్రోత్స  
హించుచుండగలవు. అవు డాతడు తన వివేకము, మార  
త్వప్రియార్థా ప్రతికూల పరిస్థితులను తన కనుకూలములుగ  
మార్పుకొనగలడు.

ఇంతయేల పరిస్థితులగూర్చి మొరపెట్టు మానవుడు  
మానవుడుగ మనుగడ సాగింపనర్హుడుగాడు. పరిస్థితులు  
దుర్బల మానవులపయి దండయాత్రచేసి వారిని ఓడించ



గలవు. ధీరోదాత్తుని కవిధీమతీశకులయి చేతులు జోడించుకొని యెడట నిలబడగలవు.

మనల బంధించునవి బాహ్యవిషయాలు గావు. మన బంధమోక్షములకు మన ఆలోచనలే మూలకారణములు. మనల బంధించుకొన మనమే మన సంకెళ్ళను స్వయముగా నిర్మించుకొనుచున్నాము. మన ఆలోచనలే మన సంకెళ్ళకు తుత్తునియలు గావించి మనల బంధ విముక్తుల జేయగలవు. ఈ ఆలోచనలద్వారానే మనము రమణీయ రాజభవనములు నిర్మించుకొని అందు సుఖముగ, స్వేచ్ఛగ ప్రశాంతియుగా నివసింపగలము. కాని యీ ఆలోచనా పరివర్తనమునకు వ్రజసంకల్పము, అకుంతిత దీక్ష అవసరములు. మనుష్యుడు తన పరిస్థితులు ప్రబల బలవత్తరములని తలంచుచు, పాని నధగమించుట అసంభవమని తలపోయుచో పరతంత్రుడయి ఆపరిస్థితులచేత బంధింపబడి యుండును. అట్లుగాక ఆతడు పరిస్థితులను ఎదుర్కొని వానిని జయింప వ్రజసంకల్పుడగునేని పరిస్థితులపయి ప్రభుత నెఱప దీక్షాకంకణధారి యగునేని స్వతంత్రుడయి, ఉన్నత ఉత్తమ పథానుగామియగును.

ప్రతి మనుష్యుడు తన ఆలోచనలయెడ జాగరూకుడయి యుండవలెను. తన ఆలోచనలు తనను స్వాతంత్ర్యము దెసకు గొనిపోవుచున్నవో లేక పారతంత్ర్యము వైపువకు లాగుచున్నవో ఆలోచించుకొనుచుండవలెను తన ఆలోచనలు ఊర్ధ్వగతికి మూలములగుచున్నవో లేక

అథోగతీ కారణములగుచున్నచో గమనించుచుండవలెను. ఏ ఆలోచనలు ఆతనిని పరిశీలులకు బానిసగ జేయుచున్నచో వాటిని త్యజింపవగును. ఏ ఆలోచనలు ఆతనిని పరిశీలులకు దాసునిగా జేయుచో వాటిని స్వీకరింప బద్ధకంకణుడుగావలెను.

“ నీ వేదికాగోరిన అది కాగలవు. నీవు దీనుడవు అనుకొనిన దీనుడవే అగుదువు. బలాధ్యుడను అనుకొనిన యెడల బలాధ్యుడవే కాగలవు నీవు పాపివి అనుకొనినచో పాపివి అగుదువు పుణ్యశాలి ననుకొంటివా పుణ్యశాలి నగుదువు. బలాధ్యులము, సర్వశక్తిమంతులము, సర్వజ్ఞులము అని మనము సంకల్పము చేయవలయును. ఆ శక్తి యంతయు ఇప్పుడు నాయుండు ప్రకాశమునకు వచ్చి యుండక పోవచ్చును. కాని అది నాయుండున్నది. సమస్త జ్ఞానమును నాయుండున్నది. సర్వశక్తియు నాయుండున్నది.

— స్వామి వివేకానంద

## అ ల వా ట్టు

మానవుడు అలవాటునకు బాగుడు. అతని అలవాటు ఎట్లుండునో అతని పనియు అట్లేయుండును. అట్టి దఱి మనుష్యుని స్వతంత్రుడనవచ్చునా? నిస్సందేహముగా మానవుడు స్వతంత్రుడే. స్వతంత్రుడే కాదు సర్వస్వతంత్రుడు మానవుడు జీవనము జీవన సూత్రములను సృజించలేదు. జీవనము, జీవన సూత్రములు అనాది సిద్ధములు. మానవుడు వాటికి అంబడియుండును. కాని వాటిని అర్థము చేసుకొని వాటినినుసరించి నడచుకొనగలడు. జీవన సూత్ర నిర్మాణము మానవశక్తికీకతము. కాని అతడు తన పవే కముద్వారా ఆ సూత్రములలో తన కనుకరాలకుయినవి, శ్రేయస్కరముయినవి ఎన్నుకొని వాటిని ఆచరణలో పెట్టగలడు. మానవుడు సృష్టికి ఆధారభూతములగు నియమములను అన్వేషించి కనుగొనగలడు. కాని వాటిని నిర్మించలేడు.

ఆ జీవన సూత్రముల గుఱించి తెలిసి కొననిచో నునుష్యుడు ధుఃఖభాజనుడగును. వాటి నుల్లంఘించినచో వాడు మూర్ఖుడు, మఱి పరతంత్రుడునగును. శాజ్యశాసనముల నుల్లంఘించు చోరుడు స్వతంత్రుడా? వాటిని పాలించు సత్పూరుడు స్వతంత్రుడా? వీరు భయములలో ఏ వ్యక్తి మిక్కిలి స్వతంత్రుడు, ఈ చందముననే సంఘములో నీతి నియమముల దృఢించి తన యిచ్చవచ్చిన

మచ్చున విచ్చలవిడిగ చరించు వ్యక్తి స్వతంత్రుడా !  
 విజేతవంతుడయి, సన్మార్గాన లంబియయి, సత్కార్యా  
 చరణ పరాక్షణుడయి మనుగడ సాగించు బుద్ధివంతుడు  
 స్వతంత్రుడా ? ఈ ఉభయ లలో ఏ వ్యక్తి మిక్కిలి  
 స్వతంత్రుడు ? సౌఖ్యవంతుడు ?

మనుష్యుడు పుట్టుకతోనే కొన్ని స్వభావములతో  
 భువి నవతరించు చున్నాడు. ఈ ప్రాకృతిక నియమముల  
 నుల్లంఘి నీయముకాని ఆతడు తన స్వభావమును మార్చు  
 కొనగలడు, మానవుడు భూమ్యాకర్షణ శక్తిని తొలగింప  
 జాలడు. కాని సర్వులు దానికి లొంగి సలాము చేయు  
 చున్నారు. దాని నుపయోగించుకొను చున్నారు. దానిని  
 ఉపేక్షించనూలేరు. తిరస్కరించనూలేరు. మనుష్యుడు.  
 గోడలతో ఢీకొని తన తల పగులగొట్టుకొనడు. ఏ కందక  
 ములోనో దుమికి తన మృత్యువును కొని తెచ్చుకొనడు.  
 వాటిని తప్పకొని పడవకున్నచో వానికి మరణం తప్పదు.  
 దీని నెవరును తప్పించజాలరు. ప్రకృతి ధర్మములు తమ  
 పని చేసుకొని పోవుచునేయుండును. అందువలన మానవుడు  
 సావధానచిత్తుడయి గోడతో ఢీకొనకుండ, కందకములో  
 పడకుండ వాటి ప్రక్కప్రక్కన నడచుచుండును. ఈవిధము  
 గానే మనుష్యుడు జీవన సూత్రములను పాటించవలెను.  
 వాటి ననుసరించి నడచుకొనవలెను.

భూమ్యాకర్షణశక్తి నియమాలవలెనే ప్రకృతి  
 నిర్మిత అభ్యాససూత్రమున కధీనుడు. కాని ఆతడు చతుర

మతియయి దానిని తనకనుకూలముగ నుపయోగించుకొనుటయో, అజ్ఞానమువలన దాని నుపయోగించుకొనలేక పోవుటయో జరుగుచున్నది. దీని సాచాంశమేమనగా! మనుష్యుడు తన అలవాటునుబట్టియే ఏదేని పనిచేయుచుండును. అది మంచిపని కావచ్చును, చెడ్డపని కావచ్చును. ఈ విషయములో ఆతడు వివేకి కావచ్చును. అవివేకి కావచ్చును. అగ్నిగుండములో దుఃఖకవచ్చును. లేదా దాని నొర్పవచ్చును. నీటిలోముసగవచ్చును లేదా దానిపయి వంటెనకట్టిదానినిదాటవచ్చును. సత్కార్యముచేయుట అగ్నిని ఆర్పుటవంటిది. వంటెనకట్టుట వంటిది. అసత్కార్యములు చేయుట అగ్నిలోదుముకుటవంటిది. షుటి సూత్రలోపడుట వంటిది. వైజ్ఞానికులు ఆవిష్కర్తలు నమ పరీక్షా పరిశోధనల ఫలితముగ ప్రకృతి శక్తులను, వాటి మూత్రములను చక్కగ తెలిసికొని వానినుచితరీతి నుపయోగించుకొనుచున్నారు. ఈరీతిగానే వివేకి ధార్మిక నీతినిహుషుములను తెలుసుకొని వానినుచితరీతిని నుపయోగించుకొని పాటివలన ప్రయోజనము పొందుచున్నాడు.

మూర్ఖుడు తన చెడ్డ అలవాట్లకు బాసడయి పోవుచుండ వివేకి వాటి తత్త్వము తెలిసికొని వాని నుచితరీతి నుపయోగించుకొనుచున్నాడు. అప్పుడని తననిని సన్మార్గావలంబిగ జేయుగలవు. ఎవని ఆలోచనలు, అలవాట్లు, యోధములు చెడ్డవో వాడు చెడ్డవాడనిపించుకొనును. ఎవని ఆలోచనలు, అలవాట్లు, పనులు మంచివో వాడు మంచివాడనిపించుకొనును. చెడ్డవాడు తన చెడ్డ అలవాట్లను, ఆలో

చనలను, పనులను మూర్ఖుకొని మంచివాడు కాగలడు. ఆతడు అభ్యాస మూతమును మూర్ఖుడేడు కాని తన అలవాటును అభ్యాస మూతమున కనుకూలముగ మూర్ఖుకొనగలడు. ఆతడు స్వార్థపూరిత వాంఛలను త్యజించి ధార్మిక నియమాములను పాటించగలడు. భోగవిలాసములను విసర్జించి సకలసాధు సుందర జీవితమును గడుపగలడు. అలవాటు మంచిది కానిమ్మా, చెడ్డది కానిమ్ము అది యథాతథముగ నుండును. ఆతడు దీనిని మూర్ఖుడేడు. కాని తన వివేక సాహాయ్యమున తన చెడ్డ అలవాట్లను మంచి అలవాట్లుగ మూర్ఖుకొనగలడు.

ఒకే కార్యమును నూటిమాటికే చేయుదువేని అది అలవాటుగ మూరిపోవును. మానవుడు విరంజితము ఏ ఆలోచన చేయనో, ఏ కార్యనూచరించునో, ఏ అనుభూతికివశం వదుడగునో అట్టివాడే యగును. ఆతడు నిరంతరము వేనిని చింతించుచు, స్మరించుచు, భ్రానించుచుండునో అదియే వాని చరిత్రలో లీనమయి వానిలో ఒక భాగమయి పోవును.

అపుడాతని మానసికస్థితి వాటికనుగుణముగా స్థిరపడి పోవును. మానసమందుదయించు ఆలోచనలు క్రమాభివృద్ధి నందుచుండగలవు. నేడు మనకు కనబడు మానవుడు తన కతపసానాలోచనల, కార్యముల పునరావృతముల పరిణామ స్వరూపుడు. ఆతడు అప్పటికప్పుడు అకస్మాత్తుగా ఆకసమునుండి ఊడిపడినవాడు కాదు. ఆతడు జన్మజన్మాం

తర సంస్కారములచే క్రమవికాసమునందుచు ఈ స్థితికి  
 బ్రాహ్మణులైనాడు ముందు ముందు మఱికొంత క్రమవికా  
 సము నందుచు పోవుచుండగలడు. అతడు తన పర్తమాన  
 దురితను తన అభీష్టానుసారముగానే నిర్మించుకొనినాడు.  
 అతడెట్టి ఆలోచనచేయుచో, ఎట్టికర్మ నాచరించునో అట్టి  
 వాడే యగును. అతని ఆలోచనలు, నిరంతరము కర్మలు  
 అలవాట్లుగ మారుచుండగలవు. అలవాట్ల కనుగుణముగనే  
 అతడు నిర్మాణమగుచున్నాడు. ఈ రీతిగ ప్రథమానవుడు  
 నిరంతరము తానుచేయు ఆలోచనలు, కార్యములచేతనే  
 నిర్మాణమగుచుండుట మనము చూచుచున్నాము. అతడు  
 ఏ ప్రత్యేక గుణములు అప్రయత్నముగ, సహజముగా  
 కలిగియున్నాడో అవి దీర్ఘకాల చింతన, జనన ధ్యానా  
 దుల పునరావృతములచే సంప్రాప్తమయినవి, కాని  
 అప్పటికప్పుడే సంప్రాప్తమయినవిగావు. ఆ కారణము  
 ననే అతడు ఆలోచనలను, కార్యములను ఏ ప్రయత్న  
 ముతో నిమిత్తములేకయే స్వాభావికముగ జేయుచుండును.  
 అప్పుడవి వాని సహజగుణములుగ, సహజ కర్మలుగ ఏర్పడి  
 పోవుచున్నవి. కాలక్రమమున అవి సుస్థిరములయి వానిలో  
 పాదుకొనిపోవుచున్నవి. ఒకజేళ ఎన్నడేని అతడు వాటిని  
 త్యజింప నుజ్జ్యమించినను వాటినుండి అతడు విమోచనము  
 నందలేడు.

అన్నిరకముల అలవాట్లు అవి మించివికావచ్చును,  
 చెడ్డవికావచ్చును. ఈ రీతిగ మానవునిలో పాదుకొనిపోవ  
 అతడు వాటికి వశీభూతుడగుచున్నాడు ఒక వ్యక్తిలో

చెడ్డ అలవాటు పొందుకొని పోయినపుడు ఆతడు చెడ్డ అలవాటునకు బానిసీడు అయిపోయినాడందుకు. ఆతని బుద్ధి భ్రష్టమయి పోయినదందుకు. మంచి అలవాట్లుగల వ్యక్తిని గురించి ప్రజలు ఆవ్యక్తి స్వభావ మెంత మంచిది, ఆతని అలవాట్లు ఎంత మంచివి అని చెప్పుకొందురు.

మానవులందఱు తమ తమ అలవాట్లకు అధీనులయి యుందురు. వాటిపుడేకాదు భవిష్యత్తులో సయితము యిట్లే అలవాట్లకు అధీనులయియుందురు. అవి మంచివి కావచ్చును- చెడ్డవి కావచ్చును. వారు ఏ ఆలోచనలను, ఏ కార్యములను మాటి మాటికి జేయుచుందురో వాటిచే ప్రభావితమయి వాటికి లోబడియుందురు. భూత భవిష్యత్వ కర్తమైన కాలములందును ఈ సూత్రము ప్రతి మానవునకు సమానముగ పరిపోగలదు. ఇది యెరింగి బుద్ధిశాలి మంచి మంచి అలవాట్లను అలవలచుకొని ఆనంద మనుభవింపగలడు. అపుడు వానికి సుఖము, శాంతి, స్వాతంత్ర్యము కరతలామలకములగును. అది డే చెడ్డ అలవాట్లకు లోబడుచో దుఃఖదైన్యములను, పారతంత్ర్యమును అనుభవింపగలడు.

ఈ అభ్యాస సూత్రము మిక్కిలి ప్రయోజనకరమైనది. ఇది ఒకవంక చెడ్డ అలవాట్లకు అలవడిన వ్యక్తిని బంధితునిగావించి పరశంత్రు నొనరించుచున్నది. అపుడా తనిని దుఃఖములపాలు చేయుచున్నది. మరొకవంక మంచి అలవాట్లుగల వ్యక్తికి ప్రయోజన కార్యము వానిని బంధ విముక్తునిజేసి సుఖ శాంతిల బ్రసాదించుచున్నది.



సదభ్యాసముల కభ్యస్తుడయిన వ్యక్తి సత్కార్యముల అప్రయత్నముగ తనంతటతాను చేయుచున్నాడు.

అందువలన ఆతడు జీవితమంతయు సుఖమనుభవించుచున్నాడు. అలవాటుల కారణముగ మానవుడు అప్రయత్నముగ, సహజముగజేయు కార్యములగాంచి కొందఱు అలవాటువలన మానవుడు అస్వతంత్రుడని, అశక్తుడు అగుచున్నాడని ఆతడు తన అభిరుచి, ఇష్టమునుబట్టి కార్యమాచరించు స్వేచ్ఛా స్వతంత్ర్యములను గోల్పోవుచున్నాడని ఆతడు పుట్టుకతోనే మంచివాడుగనో, చెడ్డవాడుగనో పుట్టుచున్నాడని ఆతడు ప్రకృతిచేతిలో కీలుబొమ్మ అని నుడువుచుందురు.

మనుష్యుడు తన ఆలోచనలచేత ఆడింపబడు ఆట బొమ్మ అనుమాట వాస్తవమే. ఆతనిపయి ఆతని ఆలోచనల ప్రభావము పడుచుండుననుటయు సత్యమేకాని యీ ఆలోచనలు జడప్రాయములుగవు. ఆతడు సంకల్పించునేని తన ఆలోచనలను సర్వకొత్త మార్గములకు మరల్చగలడు. ఆతడు వ్రజసంకల్పుడగునేని తన అలవాట్లను మార్చుకొనగలడు. ఆతడు పుట్టువుతోనే ఒక విశిష్టచరిత్రగల వాడయి జన్మించినాడనుటయు నిజమే. ఆ చరిత్ర ఆతని జన్మజన్మాంతర సంస్కార ఫలితమనుమాటయు తథ్యమే. ఆతడు సంకల్పించునేని ఈ జన్మలో సయితము తన సంస్కారములను తన నూతనానుభవజనన జ్ఞానముద్వారా మార్చుకొనగలడు.

ఒకవ్యక్తి తన చెడ్డ అలవాట్లలేక దుర్గుణములవలన విసిరివేసారుగాక, ఆతడు తన చెడ్డ అలవాట్లనుండి తప్పించుకొనజాలని నిస్సహాయస్థితిలో నుండుగాక, ఆతడు తన బుద్ధిద్వారా తన దురభ్యాసములను త్యజించి వాటి స్థానమున సదభ్యాసములను స్వీకరింపగలడు.

ఆతడు సదభ్యాసముల కభ్యస్తుడగునేని దురభ్యాసములవలె వాటిని త్యజింపగోరడు. ఏలననగా సదభ్యాసములవలన ఆతడు దుఃఖ దారిద్ర్య బంధవిముక్తుడయి నిరంతర సుఖసౌభాగ్యములతో తులతూగగలడు.

మానవుడు ఏ అలవాటును స్వయముగ తనకు జానయి అలవటచుకొనెనో సంకల్పించునేని దానినాతడు త్యజించగలడు. లేదా తనకనుకూలముగా మార్పుకొనగలడు. చెడ్డ అలవాట్ల వలన ఆనందము, హాయి లభించుచున్నంతవఱకు వాటినాతడు త్యజింప నివ్వగింపడు. కాని ఆ దురభ్యాసములు దుఃఖప్రదములయి నిరంతరము పొనిని చింతాకుల చిత్తుని గావించుచుండునేని వాటినుండి విముక్తి నంద బ్రయత్నించును. శుదకు వాటిని త్యజించి వాటికి బదులుగ సదభ్యాసములను అలవరచుకొనగలడు.

ఈ జగతీ తలమున ఏ మానవుడును నిరంతరము దుఃఖ దారిద్ర్యబంధమున బడి నిస్సహాయుడయి నిర్వేదముతో కృంగి కృశించిపోనక్కఱలేదు. ఏ నియమ నిబంధనలచే మానవుడు తనను స్వయముగ బంధించుకొనెనో, ఆ నియమ నిబంధనలద్వారానే బంధమునుండి విమోచి

నము నందగలడు. ఆతడు ఆలోచనాశరుడయి, మిక్కిలి పరిశ్రమించి దుఃఖిదాయకములు, పారతంత్ర్య పరవశత్వ మూలకములగు తన పురాతనాలోచనలను, తన ప్రాచీన కార్యక్షదృతులను మానుకొనవలసియుండును. వాటి స్థానమున సుఖప్రదములు శాంతి సందాయకములు, స్వాతంత్ర్య పోషకములునగు నూతనాలోచనలను, నవ్యకార్యక్షదృతులను నెలకొనజేయవలసియుండును.

ఈ నూతనాలోచనా స్వీకారము ఈ నూతనకార్య పరిగ్రహము ఒక జీనముగాని, ఒక మాసముగాని ఒక సంవత్సరముగాని సాధ్యపడక పోవచ్చును. కాని నిరాశజెంద బనిలేదు దురభ్యాసముల దృఢించి వాటిస్థానమున సదభ్యాసముల నలవడచుకొనుట అంత సులభకార్యము కాదు.

దీనికి కొంత కాలము పట్టును. కాని మార్పుకలిగి తీరును. జయము సిద్ధము. ఇందావంతయు సందియములేదు. ప్రప్రథమమున అ ప జ యము కలిగినను ప్రయత్నము విరమింపరాదు. వ్రజ సరికల్పము, భల్లూకపు పట్టుడలతో ప్రయత్నమునంటిపెట్టుకొని యుండివలయును. చివరకతడు సఫలమనోరథుడగును. మీరు బుద్ధిపూర్వకముగ వాంచింప నట్టియు, దుఃఖిప్రదముగునట్టియునగు దురభ్యాసము బలపడి పాదుకొన పోవగలిగినపుడు సహజము, సత్ఫలదాయకము, సత్స్పృహ సమన్వితమునగు సదభ్యాసమేల అభ్యస్తము కానేరదు. మనుష్యుడు “నేను నా కష్టములనుండి గట్టెక్క

లేను, నేను నా చెడ్డ అలవాట్లను మానుకొనలేను ” అని భావించుచున్నంతవఱకు వాని కష్టములు, అలవాట్లు తొలగనేరవు. ఇట్టి నిరాశోపహత దుర్బల భావన కలిగి యుండువఱకు అతడు కష్టములనుండి కట్టెక్కలేడు. అలవాట్లను మానలేడు. మానవజీవనపథమున మానవుని నిరాశయే వినాశాత్మకము, విపత్కరమునయి యున్నది. నేను నా దురభ్యాసమును త్యజించలేను’ అను భావనయేమనిషికి భయంకరశత్రువు. ఈ భావనయే వానిని పెడత్రోవపట్టించు సైతానుగభావించవలెను. ఈ భావనను మనోఫలకమునుండి తుడిచి పెట్టెదవేని నీవు సకలకష్టములనుండి, పాపములనుండి విముక్తి నందుదువు. నే నీ దురభ్యాసమును దూరమొనరించుకొనలేను అని భావించు చున్నంతవఱకు నున్నాదురభ్యాసము ఛాయవలె నిన్ను వెబడించుచునే యుండును. అప్పటివఱకు ఆ దురభ్యాసమునకు దాసుడవయి యుండువు. నీ మనోబలమువలన, నీ సంకల్పశక్తి సహాయమున నీవు దురభ్యాసమును శత్రువును జయించగలవు. ఒక దైవశక్తి నాకు తోడ్పడగలదు. ఒక మహాపురుషుడు నన్ను ఉద్ధరించగలడు అని భావించుచుండుట అవివేకము. నేనే అవతార పురుషుడను, నన్ను నేనే ఉద్ధరించుకొనగలను అని భావించనంతవఱకు అతడు స్వతంత్రుడు కాలేడు. సంస్కరింపబడడు. “మానవుడే సత్యము. మానవుడే మాధవుడు. అనుమాట ప్రతి మనుష్యుడు నిత్యము జ్ఞాపకముంచుకొనదగును. అపుడే అతడు మంచిలోచన

చేయగలడు. తత్ఫలితముగ మంచి కార్యము లాచరింప గలడు.

మనల బంధించునవి మన అలవాట్లే - మనల బంధ విముక్తుల జేయునవియు అవియే. అలవాటు యొక్క ప్రథమ దశ ఆలోచన, ఆలోచనయే పిమ్మట కార్యముగ బరిణమించును.

ఆ కార్యమే పునరావృతమయి అలవాటుగ మారుచున్నది. కనుక నీ మనస్సున ఉదయించు చెడ్డ ఆలోచనలను మంచి ఆలోచనలలోనికి మార్చుకొనుము. అప్పుడు మీరు చేయు కార్యములు సయితము తత్ఫలితమే మంచినిగ మారిపోగలవు. నీవు నీ చెడ్డ ఆలోచనలను విడుచక వాటినే అంటిపెట్టుకొని యుందువేని అవి నిన్ను తన ఉక్కుపిడికిలిలో బిగించి వేయగలవు. నీవు మంచి యాలోచనల జేయుదువేని స్వతంత్రుడవయి సుఖజీవనము చేయగలవు, చెడ్డ ఆలోచనలచే ప్రేరితుడయి బంధమునబడి యుండగోరు వ్యక్తిని అందేపడి యుండనిమ్ము. బంధము నుండి బయటపడ నుత్సహించు వ్యక్తిని బయటకు వెడలి స్వతంత్రునిగ బ్రతుకనిమ్ము. ఎవనికర్మకు వాడే కర్త, ఎవని కర్మఫలము వాడే అనుభవించవలెను. ఇది సిద్ధాంత వాక్యమనుట మఱువకండి.

“అవశ్యమను భోక్తవ్యం,  
కృతంకర్మ శుభాశుభం”

“బంధనమును కల్పించుకొనుచారము మనమేదానిని  
కొంచుకొన గలవారము మనమే”

“వెనుకటి అభ్యాసఫలమే మన జీవనము. ప్రస్తుతా  
భ్యాసము వలన మన భావిజీవిత నిర్మాణము జరుగును.  
కొంత జీవితచక్ర పరిభ్రమణము వలన మనమిస్థితికి వచ్చి  
తిమి. సక్రమముగ ఈ చక్రమును తిరుగనిచ్చితివేని దీని  
పరిభ్రమణము పూర్తయగును.”

“ధైర్యముగా కార్యమూచరింపుము. ఒకదినములోనే  
సంవత్సరములోనే సిద్ధి కలుగునని ప్రతిక్షింపకు,  
శుభమును అంతిమమును అంటిపెట్టుకొనియే యుండుము.  
యెగా నుండుము. చాపల్యము రానీయకుము. ప్రశంస  
శపాప మేదేని యున్నయెడల అది దౌర్బల్యమే.  
విధములగు దౌర్బల్యములను తొలగించుకొనును.

దుర్బలత పాపము, దుర్బలతయే మృత్యువు,  
దుర్బల చంచలాత్మను మానవుడనుటయే తప్పు.”

— స్వామి వివేకానంద.

## ఆరోగ్యము - ఆదివ్యాధులు

వర్తమాన యుగమున వేలకొలది ఆస్పత్రులు, ఆరోగ్యసంస్థలు స్థాపించబడి పనిచేయుచున్నవి. దీనినిబట్టి మానవసమాజము రోగములచే పీడిత చుట్టుముట్టు పడి యున్నదో తెలియుచున్నది. ప్రతి చికిత్సాలయములో రోగముల నివారించుటకు అహోరాత్రములు అవిరళకృషి సలుపుచునే యున్నారు. ఒక్కొక్క రోగమునకు ఒక్కొక్క స్పెషలిస్టు చికిత్స చేయుచునే యున్నాడు. కాని రోగములు తగ్గకపోగ పేరుకుచున్నవి, శారీరక వ్యాధులవలన ఈకాలపు మనుష్యుల మనస్సులును ఆశాంతి నిలయములుగ మున్నవి మనుష్యులలో మానసికశాంతి, మానసిక స్వాస్థ్యము కలువయినవి. మానసికశాంతిని కలుగజేసి మానసిక స్వాస్థ్యమును కలుగజేయుటకు అనేక మతసంస్థలు ప్రబోధ ప్రచారములు గావించుచునే యున్నవి. ప్రపంచమండలి ప్రబలితములయియున్న మతములన్నియు మానవుల మనస్సులను పవిత్రీకరింప ప్రయత్నములు చేయుచునే యున్నవి, కాని వారిమనస్సులు పవిత్రములగుటకు మారుగ అత్యంత అపవిత్రములయి పతనోన్ముఖములగుచున్నవి. ఇపుడొకప్రశ్న ఉదయించుచున్నది. ఈ చికిత్సాలయములు, ఈ ఆరోగ్య సదనములు నిరర్థకములేనా? ఈ మతసంస్థలు, మతప్రబోధములు నిష్ప్రయోజనములేనా? వీటిపయి వెచ్చింపబడు ధనము వృథాయేనా? ఇక ఈ సంస్థలను మూసివేయవలసినదేనా?

గత అధ్యాయములలో వెల్లడించిన భావములే ఈ ప్రశ్నలకు జవాబను నట సమంజసము. మనుష్యుడు తన మనస్సును వశమొనరించుకొన నంతవఱకు ఆతడు రోగ గ్రస్తుడు, శోకసంతప్త హృదయుడుగనే యుండును.

అంతవఱకు ఆతని జీవితము దోషదూషితము, అశాంతిమయముగనే యుండును. చికిత్సాలక్షణములు మత సంస్థలు బాహ్యోపచారములు మాత్రమే అయియున్నవి. ఇవి మనిషికి శాంతినొసంగుటకు బాహ్యోపకరణములు మాత్రమే, వీటిప్రభావము మనుష్యుని మనస్సుపయి ప్రసరించుటలేదు. ఎవరెన్ని ధర్మప్రబోధములు చేసినను, ఎవరెన్ని చికిత్సావిధానములను ప్రయోగించినను మనము మన మనస్సులను జయించనంతవఱకు అనగా మనస్సును వశపఱచుకొనంతవఱకు నిర్ధృతములు. మన ఆలోచనలు అశుభముగ ఉన్నంతవఱకు వాటివలన ప్రయోజనము పొందలేము.

రోగములు, దుఃఖములు, పాపములు బాహ్యోపచారముల వలన ఉపశమించవు. మన రోగములకు మన మనస్సే మూలకారణము. మనరోగ నిర్ణయము మన మనసు నుబట్టి చేయవలసి యుండును. ప్రాకృతిక సరిసరపరివర్తన ప్రభావము సయితము రోగములకు కారణములనుటనే నొప్పుకొందును. మానవశరీరముపయి వాటిప్రభావము ప్రగాఢముగ నుండుననుటయు నేనంగీకరింతును. బాహ్యభౌతిక కారణములు సయితము అనేక వ్యాధులకు చాలవఱకు మూలములనుట నిస్సందేహము. ఇతర కారణ



ములవలె మనస్సునూ ఒక ముఖ్యకారణమునుట మరవరాదు. అశుభ్రత అనేక వ్యాధులకు కారణమగుచున్నది అశుభ్రత మన మానసికస్థితిని దెలుపును. మన మనస్సు అపవిత్రముగ నుండుచో మనముండు ప్రదేశమును అపరిశుభముగ నుండును. అపరిశుభ్రతకు ముఖ్యకారణము మనస్సు అనుట అతిశయోక్తి కాదు.

నేటి నాగరిక ప్రపంచమున మానవుడు తన అభిలాషలను, అభిరుచులను, అవసరములను అనంతముగ పెంచుకొనినాడు. తనూలమున ఆతడు శాంతిని. సహనమును గోల్పోవుచున్నాడు. అతడు అనేక వ్యాపకములకు, వ్యవహారములకు లోనము శరీరధర్మములను, ఆరోగ్యవిధుల నుపేక్షించుచున్నాడు. అపుడతడు రోగగ్రస్తుడగుచున్నాడు. ఈ అంతుమాలిన అవసరములే కోరికలే ఆతనిని రోగగ్రస్తునిజేయుచున్నవి. ఒక అవసరము తీరగానే మరొక అవసరముకొరకు ఒకకోరిక తీరగానే మరొక కోరిక నుతీర్చుకొనుటకొరకు ఆతడు ఉరుకులు, పరుగులు పెట్టుచున్నాడు. తత్ఫలితముగ ఆతడు విశాంతిగ తృప్తి దీర పొట్టనిండ భోజనంచేయలేకపోవుచున్నాడు, ఆదమటచి సుఖముగ నిద్రపోలేకపోవుచున్నాడు.

వాని యీ కోరికలే కామ ప్రకోధాదులుగ మారి వానిని రోగగ్రస్తుని జేయుచున్నవి, మఱి మృత్యువాతను బడవేయుచున్నవి. నేడు ప్రపంచమును యద్ధజ్వరముపట్టి పీడించుచున్నది. స్వార్థ పరత్వమే దీనికి కారణము. మనము మన పొరుగువాని సుఖ సౌకర్యములను, స్వర్గములను చూడక.

అపహరించుచున్నాము. అనగా మన ఆశాపాశము అంత  
నిడివి అయిందన్నమాట మనము మనదృష్టిని పశువులవంక  
సారించుమేని అవి ఈ కాలపు మనుష్యులకంటె ఎన్నో రెట్లు  
ప్రశాంతముగ బ్రతుకుచున్నట్లు తెలియ గలదు. అవి ఒక  
సారి అహారమును తీసుకొనిన తరువాత హాయిగనిద్ర  
పోగలవు. కారమనుష్యుడు అంతులేనికోరికలకు దాసుడయి  
అశాంత చిత్తుడగుచున్నాడు. పశువులు తమ పరిస్థితుల  
ననుసరించి ఇళోరపశువులతో కలిసిమెలిసి జీవించుచున్నవి.

నారసపక్షులు, చిలుకలు, కొంగలు గుంపులు గుంపు  
లుగ కలిసి ఆకాశపథమున విహరించుచున్నవి. చీమలు  
బాటను బారులు బారులుగ కలిసి పరస్పర సహకార  
సాహాయ్యములు చేసుకొనుచున్నవి. అవి తమ ఆహార  
పదార్థములను ఒకటికొకటి అందించుకొనుచు గమ్యస్థానము  
నకు చేరవేసుకొనుట మనము నిత్యము ప్రత్యక్షముగ  
చూచుచున్నాము. ఈ జీవులు మనుష్యులకంటె హీనములని  
భావింపదగునా? మనుష్యులు పరస్పర ప్రేమతో, ఐక్య  
భావముతో ప్రవర్తించుచున్నారో, ఆధునిక యుగమున  
మనుష్యులు పశువులకంటె సుఖముగజీవించుచున్నారో  
మనుష్యులే ఒకరికొకడు నిర్దయులయి, రాక్షసులయి, నరుకు  
కొనుచున్నారు. అట్లగుట పశువు చతుష్పాద జంతువు  
అగుచో మనుష్యుడు ద్విపాదపశువు అగుచున్నాడు.  
పశువేకాదు పశువుకంటె పతితుడు, పాపి యగుచున్నాడు.  
అట్టితటి మానవుడు తనను సృష్టిలోని సమస్త జీవులకంటె  
ధికుడనని అదిరపడనేల?

ఎప్పుడు మనస్సుడు ఈర్ష్యా ద్వేషములను విడ  
నాడునో, ఎప్పుడు ఆతడు స్వార్థమును త్యజించి సేవాభావ  
మును స్వీకరించునో ఎప్పుడోతడు తన పొరుగువాని మేలును  
కోరునో అపుడే ఆతడు దైవసమాను డగుచున్నాడు.

శరీరము మనస్సుయొక్క ప్రతిబింబము. శరీరము  
పయి మనోభావముల ప్రభావముపడుచుండును. శరీరము  
మనస్సునకు లోకువ. ప్రతి శారీరకావస్థకు మనస్సే మూల  
కారణమని విజ్ఞానశాస్త్రవేత్తలు నిర్ణయించగలరు.

మానవుని స్వాస్థ్యము అతని సత్త్వవర్తనము,  
మనశ్శాంతిపయి ఆధారపడియున్నది. ఏవ్యక్తియేని రోగ  
గ్రస్తుడయినపుడు ఆతడు మానసిక చికిత్సకు ప్రకమించునని  
మందులవలె వెంటనే గుణముకనపడక పోవచ్చును. కాని  
నెమ్మదిగగుణము కనబడును. మానవుడుధర్మపథానుగామి  
యగుచో ఆతడుక్రమముగ ధార్మికడగును. ఆతని ప్రతిక  
బలము దినదినాభివృద్ధి యగుచో ఆతని శాంతియుతధార్మిక  
మానసము శారీరకవ్యాధుల నిర్మూలించుటలో తన ప్రభా  
వమునుజూపగలదు. ఆతనికొక్కసారిగ సంపూర్ణ స్వాస్థ్యము  
లభింపకపోనచ్చును. బాధోపశమనము కలుగగలదు. ఆతని  
నిశ్చయాత్మకాలోచనము, మానసిక శక్తిచిత్తివృత్తుల  
నిరోధము ఆతనిరోగమును క్రమముగ నివారింపగలవు.  
మానసిక అశాంతివలన, మనోవికారముల వలన రోగవ  
సమూలముగ నివారణకాదు. పైగా ఒక్కొక్కపుడు అ  
అసాధ్యముగ మారవచ్చును. మనస్సుముఖ్యము శరీరము  
అముఖ్యము. (మనస్సుప్రధానము శరీరముగౌణము) మనస్సు

ప్రబలముగ నున్నచో శరీరమువలన మనకుహాని చాటిల్ల నేరడు. చాలమంది మొట్టమొదట మనస్సున కీయదగు ప్రాముఖ్యమును దానికీయనుత్సహింపరు రోగము తగ్గక పోయినను శక్తివంతము, దృఢతమమునగు మనస్సు కలిగి యున్నచో రోగినిరంతరము సుప్రసన్నముఖార విందుడయి యుండును. చాన్సల్యము, రోగము ఆతనిని బాధింపనేరవు. ఆతడాస్తితిలో నయితము పరులకుపకారముగావించుచుండును.

ఆరోగ్య సామ్రాజ్యములు “ఆరోగ్యములేని వ్యక్తి ప్రయోజనకరమగు ఏపాంఘిక కార్యము గాంపజాలదు, ఆతడు తనజీవితమును సౌఖ్యవంతముగ గడుపజాలదు” అని నుడువుచుండును. కాని వివిధ దేశములలో వివిధ రంగములలో మన కార్యములు సాధించినవారు, దుర్బలులుగ, రోగులుగ నుండుటనే మనము చూచుచున్నాము. అట్టితఱి శరీరశామ్రాజ్యముల కథనములలో మాకుసారము కనబడుటలేదు. రోగగ్రస్తుడు బుద్ధితో మతింకెక్కువగ పనిచేయుచుండుటను, పైపెచ్చు రోగమువలన బుద్ధి కత్యంత బలములభించుచుండుటను మనము అనుదినము ప్రత్యక్షముగ చూచుచున్నాము. రోగమువలనబుద్ధి చేచేయబడు కార్యమున కెట్టి ఆటంకముకలుగనేరదు. అనందముయు, ప్రయోజనకరమునగుజీవితప్రాప్తికి మంచిఆరోగ్యముఅవసరమనువిషయము మాకుయుక్తియుక్తముగకనబడుటలేదు. ఈవాదముగావించు వారు మనస్సును శరీరమునకు చోకువ జేయుచున్నారు.

ఎవరిమనస్సులు శక్తిహంతములై అట్టివారి శరీరములు రోగగ్రస్తములయినను వారు లక్ష్యపెట్టరు. వాని నుపేక్షింతురు. వారి కేరోగములు లేనట్లే భావించి తమ కార్యకలాపములను యధారీతి కొనసాగించు కొనుచు నేయుందురు. ఈ చందమున శరీరము నుపేక్షించుటవలన మనస్సు పరిపూర్ణము, ఆరోగ్యవంతముగ నుండుటయేగాక శరీరము సయితము స్వస్థమగుచున్నది. మనము సంపూర్ణారోగ్యమును బడయజాలకున్నను స్వస్థతగల మనస్సును మాత్రము తప్పక పొందగలము. వాస్తవమునకు శరీరము స్వస్థముగ నుండుటకు స్వస్థతగలమనస్సే మూలకారణము.

అస్వస్థ శరీరముకంటె అస్వస్థ మానసమే అధిక దుఃఖదాయకము. మానసిక అనారోగ్యమువలన శారీరక వ్యాధిపెరుగగలదు. శారీరక వ్యాధిగ్రస్తునికంటె మానసికముగ దుర్బలమగు మానవునిస్థితి దయనీయము. షటి దుఃఖప్రదము. మనోదౌర్బల్యమువలన తమ రోగముల నుండి విముక్తి నందజాలని రోగులను డాక్టర్లు చూచుచు నేయున్నారు. మనోవ్యాధికి మందులేదనుచుట ముమ్మాటికి నిజము. అందువలన కొందఱు డాక్టర్లు ముందుగ రోగియొక్క మానసికస్థితిని పరీక్షించి, ముందుగ వారికి మనోనిబ్బరము కలుగజేసి మానసికముగ స్వస్థునిగ జేయుచుందురు. అప్పుడు శారీరకవ్యాధి చాల సులభముగ నివారణ అగుచున్నది. మనుష్యుడనిపించు కొనగోరువ్యక్తి మొట్టమొదట తన మానసిక, శారీరక భోజన విషయిక సమస్త దుర్బలాలోచనలను దూరమొనరించు కొనవలెను. అనగా ఎల్లప్పుడు

తన శరీరమునుగూర్చి, భోజనమునుగూర్చి లేనిపోని పిచ్చి భ్రమలను పెట్టుకొని అదేవిగ వాటినిగూర్చి చింతించుట మానవలెను. ఏ భోజనము సమస్త జనులకు లభ్యమయి ఆరోగ్యప్రదముగ నుండునో అది తనకు సరిపడుటలేదని ఏ మానవుడు భావించునో ఆతడు మానసిక రోగగ్రస్తుడని తలంపవలెను. వాని మనోదౌర్బల్యమును దూరము చేయుటయే దీనికుపచారము.

సామాన్యమానవులకు దుర్లభమగు పౌష్టికాహారము వ్రడసోపేతాహారము వలననే తన ఆరోగ్యము బాగుండునని తలందు మానవుడు తనవ్యాధుల తనకుదానయి ఆహ్వానించుకొను చున్నాడని తలంపవచ్చును. శాకాహారి “బంగాళాదుంపలు తినుటవలననే ఆరోగ్యము చెడిపోయినది. పండ్లు తినుటవలన నాకజీర్ణము కలిగినది. నీమరేగు పండు తినుటవలన అల్లుము హెచ్చినది. పప్పుపదార్థములు విషప్రాయములయినవి కూరగాయలవలన చాలకీడు కలిగినది. ఈ రీతిగనే ఇతర ఆహారపదార్థములు సయితము నా ఆరోగ్యమును చెడగొట్టుచున్నవి” అని సం దేహించుచుండునో, ఏ లక్ష్యము నుద్దేశించి ఆతడివిధముగ నుడువుచున్నాడో ఆ లక్ష్యమునకు విరుద్ధముగ నడచుచున్నాడనుట నిస్సందేహము. ఆహార విషయములో ఏ నియమ నిబంధనల పాటింపని మాంసాహారుల యెదుట పిడివాదిగ ఋజువుచేసుకొనుచున్నాడు. పండ్లు తినుటవలన మనము రోగగ్రస్తులమగుదుమనుకొనుట ప్రకృతినిగూర్చి భోజన నియమముల

గూర్చి మనఅజ్ఞానమును తెలుపుటయేగాక ప్రకృతికి విరుద్ధముగ ప్రవర్తించుచున్నామనుట మఱువరాదు.

శరీరమును శక్తిసంపన్నము, దీర్ఘాయుష్కృతముగావించుటయే ఆహారముయొక్క లక్ష్యముకనిగానిని దుర్బలముగావించి నశింపజేసుకొనుటకాదు. ఆహారమును గూర్చి పిచ్చిభ్రమలకు లోనయి ఎంతటో కానూహించిన ఆహారముద్వారా లేమి స్వార్థస్థమును స్వార్థిగావించుకొన జూచుచుండుట ఆశ్చర్యహా. దీనివలన వారిశరీరములకు గొప్ప హాని సంభవించుచున్నది. శుద్ధసాత్విక ప్రాకృతిక ఆహారము వారికాయువు, ఆరోగ్యము ప్రసాదింపక వారిని మృత్యుముఖమున బడద్రోయుచున్నదను వారి యీ భావన ఎంతో భ్రమ ప్రమాదభూయిష్టము. ఒక పర్యాయము ఒక విశంధ వాది యగు ఆహారశాస్త్రజ్ఞుడొకడు రొట్టెతనుటవలన జబ్బుపడితి నని అందఱితో చెప్పుచుండెను. మితిమించి రొట్టెలు తినుట వలన అస్వస్థత కలిగినదని చెప్పటలేదు. ఇవన్ని ఆపోహలు, చెడ్డ ఆలోచనలు. కనుక మనము ఈ రోగములకములగు ఇట్టి పనికిమాలిన ఆలోచనలను మన మనోమందిరమున బ్రవేశింప నీయకుందుముగాక ! ఇట్టి నిరాధారములు, నిర్హేతుకములునగు కారణములవలన మనకు రోగములు కలుగుచున్నవని మనము భావింపకుందుముగాక !

మనుష్యుడు తన స్వల్పములగు కష్ట నష్టములకు ప్రాముఖ్య మీయరాదు. మనకు కొంచెము తలనొప్పి వచ్చినదా డాక్టరువద్దకు పరుగెత్తు చుండుము. మనము



కొంచెము కష్టపడకలసి వచ్చినదా దురదృష్టవంతుల మను  
కొందుము. ఇది మన మానసిక దౌర్బల్యమునకు మనచరిత్ర  
బలహీనతకు నిదర్శనములు.

మానవ జీవితములో ఇటువంటి సామాన్య కష్టములు,  
ఇబ్బందులు తటస్థపడుచునే యుండును. వీటినిగూర్చి అదే  
పనిగ ఆలోచించుచు కూర్చుండుటవలన ప్రయోజనము  
లేదు. ఇట్టి స్వల్పవిషయములను గోరంతలను కొండంత  
లుగ భావించడం అనర్థ హేతువు. మనము మనకష్టములను  
గూర్చియు, అధివ్యాధులగూర్చియు ఆలోచించుటకు బదు  
లగ మన సుఖమునుగూర్చియు, మన ఆరోగ్యమును  
గూర్చియు ఆశావిశ్వాసముల గలిగియుండువేని మిక్కిలి  
ప్రయోజనము కలుగ గలదు.

ఒక సుప్రసిద్ధకవి ఎంత చక్కని భావముల ప్రకటిం  
చెనో గమనింపుడు :—

“మనము సుఖమయ జీవితము గడుపుదుము గాక !  
మనమెవ్వరిని ద్వేషింపకుందుముగాక ! మనల ద్వేషించు  
వారలమధ్య మనము ద్వేషములేనివారమయి ఆనందముతో  
సంచరింతుము గాక ! మనము వ్యాధిపీడితులమధ్య ఆరోగ్య  
వంతులమయి ఆనందమయ జీవితము గడుపుదుము గాక !  
మనము లోభులకు దూరముగనుండి జీవితసౌఖ్య మనుభ  
వించుముగాక ! లోభులకుమధ్య నివసించుచున్నను లోభ  
హితులమయి. ఉదారులమయి ఉత్తమ జీవితము గడుపు  
ముగాక !”.



నైతిక సిద్ధాంతముల ననుసరించి జీవన పథమున పయనింతుమేని సంపూర్ణారోగ్యము, శాంతి సంతోషముల బడయుగలము, ఈ నైతిక సిద్ధాంతములే మన జీవితమును తీర్చిదిద్దుచున్నవి. వీటివలన జీవితమందలి ప్రతిరంగము పరిష్కృతమయి ప్రకాశింపగలదు.

మానవుడు ఈ నైతిక సిద్ధాంతములను చక్కగ గ్రహించి వాటి ననుసరించి ప్రవర్తించునేని స్వల్ప విషయము మొదలుకొని గొప్ప విషయముల వఱకు సమస్త విషయములలో ఉన్నతినందగలడు, ఈ సిద్ధాంతములు ఒకవంక మనుష్యుని ఆహారము నియమబద్ధము గావించుచు ఆహారసంబంధములగు వ్యర్థపుటాలోచనలనుండి, అర్థమేది అపోహలనుండి విముక్తుని గావింపగలవు మనుష్యుని పవిత్రతాలోచనలు ఆతని సమస్తదోషములను మూరమున రించి శరీరమును బలిష్ఠముగ స్వస్థముగ నుంచగలవు సచ్చరిత్రుడు శారీరకముగను స్వస్థుడుగనుండును.

నిరంతరము రోగముగూర్చి, మనశరీరమునుగూర్చి అర్థములేని అపోహలకులోనయి ఊరకే మనోవ్యాకులై జెందుచుండుటకంటె దానిని పట్టించుకొనకుండ తటస్థభావమున నుండుటయే శ్రేయస్కరము. ఇంతేకాదు మనః మతౌక అడుగు ముందునకు వేయవలెను. అనగా మన రమునకు మనమే యజమానులమనుమాట జ్ఞాపకము కొనవలెను. అనగా శరీరముమీద మనకు సంపూర్ణ య

మాన్యము, అధికారము ఉండవలెను. మనము మన యింద్రి  
యములను మనస్సును వశపఱచుకొన గలిగినపుడే మనము  
మన శరీరమునకు యజమానులుగనుండ నర్హులమగుదుము.  
ఏనాడు మన ఆహార విహారములను మితముగ, హితముగ,  
నియమబద్ధముగ నుంచుకొందుమో, ఏనాడు మనము మన  
శరీరముకంటె సత్త్వవర్తనకే ప్రాముఖ్య మొసంగెదమో,  
ఏదినమున మనము మన శరీరమున వైద్యుల కృపాకటాక్ష  
వీక్షణములపై ఆధారపడకుండ మన నైతికబలముద్వారా,  
పరిశుద్ధ చిత్తముద్వారా స్వస్థముగ నుంచుకొనుటకొఱకు  
ప్రయత్నింతుమో ఆ దినమున మనము సుఖము, శాంతి  
ననుభవింతుము. ఆ దినమే మనకు శుభోదయము.

## పేదరికము

ప్రాచీనకాలమునుండి ప్రతియుగముమందు మహాపురుషులు తమఉన్నతాదర్శసిద్ధికోసకు ధనమును తిరస్కరించి నిరాడంబరజీవితమును గడపిరి. వారు పేదరికమును దైవప్రసాదముగ స్వీకరించిరి. అట్టితీజనులు పేదరికమును ఏలఘోరవిపత్తుగ భావించుచున్నారు ఏ పేదరికమును మహాపురుషులు వర్జప్రసాదముగభావించివరించిరో ఆపేదరికమునే ఈకాలపుజనులు ఈశ్వరునిచే తమకు విధింపబడిన ఘోరదండనగ, మహామారిగ ఏల భావించుచున్నారు?

మహాపురుషుల సంయుక్తఉన్నత మానసమే దీనికి కారణమనుటస్పష్టము. మనస్సులో మహత్త్వమున్నచో, ఆలోచనలు తేజస్వంతములగుచో ధనాభావము ఏమిచేయగలదు. మహాత్ములకు ధనముతో ఏమి? ఏ మనిషికి విషయవికారములు లేవో, ఏమనిషి తృప్తికు వశీభూతుడు కాడోఆతనికి ధనమువలన ప్రయోజనమేమున్నది? సాధు సరళజీవితమే సౌందర్యద్యోతకము. ప్రకృతి ఎంతసరళమైనది. పారిశుద్ధ్యమందే సౌరశ్యముకలదు. స్వచ్ఛతయే ప్రత్యక్షసౌందర్యము. పూర్వకాలములో మహారాజులనేకులు తమ భోగభాగ్యములను, రాజప్రాసాదములను పరిత్యజించి పర్ణకుటీరములలోప్రమాదచిత్తులయి కాలముగడపిరి. శంకరాచార్య భగవత్పాదులు తృప్తిగలవానినే దర్శింపజేసెను. సంతృప్తి గలవానినే ధనవంతుడనెను. వాస్తవ

ముగా దారిద్ర్యముననేమి? పేదరికవనగా డబ్బు లేక పోవుటగాదు. చరిత్ర భ్రష్టతయే దారిద్ర్యము. మత్తు పదార్థముల సేవించుట, తిట్లుతిట్టుట, అవినీతి, దొంగతనము, జూదమాడుట మున్నగునవన్నియు పాపకృత్యములు. అవినీతితో అన్యాయముగ డబ్బు సంపాదించుటకంటె ఆకలి దప్పలతో అలమటించుచు చనిపోవుటయే మేలు. ప్రపంచ మందలి మరీప్రవక్తలందఱు ఏసు, బుద్ధుడు, మహమ్మదు ధనమదాంధతను తెగడిరి. నిరాడంబరను పొగడిరి. పాపపు వృత్తి, దారిద్ర్యము ఈ రెంటిలో ఏది చెడ్డది? పాపపు వృత్తియే చెడ్డదనుటలో సందియములేను. పాపపు వృత్తి వలననే దారిద్ర్యము నిందనీయమగుచున్నది. దారిద్ర్యము నుండిపాపాలోచన, పాపపువృత్తి పారద్రోలుదుమేని దాని పీడ విరగడయయిపోవును. ఇంతవఱకు ఏ దారిద్ర్యము మిక్కిలి అవమానకరముగ, హీనముగ, హేయముగ భావించబడినదో ఆ దారిద్ర్యమే ఇప్పుడు దివ్యముగ, భవ్యముగ సాక్షాత్కరింప గలదు. ఇంతేగాదు అపుడది మీకు అత్యంత ప్రయోజనకరముగ కనబడగలదు.

చైనాదేశపు సుప్రసిద్ధ తత్వవేత్తయగు కన్ ష్యూసి యన్. తనుఒక పేదశిష్యుని ధనవంతులగు ఇతరశిష్యులకంటె ఆధికముగ ప్రేమించెడివాడు, ఆదరించెడివాడు. ఈ పేద శిష్యుడునేలలో ఒక చిన్నగొయ్యి త్రవ్వకొని అందు నివసించెడివాడు. వేళకు కలో, గంజోత్రాగి తనకున్నదానితో సంతృప్తాంతరంగుడయి, పూర్ణ వికసితప్రసూనమువలె సుప్రసన్నముఖురవిందుడయి కాలము గడపుచుండెడివాడు.

అతడు తన పరిస్థితికి సిగ్గులువాడు కాదు. ధనవంతులగు శిష్యులు నిరంతరము పరస్పరము కలహించుకొను చుండెడివారు. అసూయా ద్వేషములతో మ్రగ్గుచుండెడివారు. దారిద్ర్యము సచ్చరిత్రునికి దుఃఖమునొసంగజాలదు. అది మహాత్ములకు బంగారిమునకు తావి అబ్బినట్లుగఁ వారినొక ఉన్నతస్థానమున ఆసీనునిగావించును. అందువలననే కన్ ష్ఠ్యాసియన్ నిశిష్యునిగుణములు మిక్కిలి రాణించినవి. అతడు మట్టిలో మాణిక్యమువలె ప్రకాశించెను.

సంఘసంస్కర్తలు దారిద్ర్యమును పాపమునకు మూలమనుచున్నారు, ఆ సంస్కర్తలేమరల జనులు అవినీతిపరులగుటకు ధనమేకారణమనుచున్నారు. ఈ కారణమే అవినీతికి, పాపమునకు మూలమగుచో కర్మకూడ పాపభూయిష్ఠమగును. కారణమువలననే కార్యము జరుగుచుండును. కనుక విప్రుఁ ధనము దురాచారమునకు, పాపమునకు, అవినీతికి కారమగుచో ప్రతిధనవంతుడు పాపాత్ముడు కావలసి వచ్చును. అట్లే పతిపేదవాడు పరాధవింపబడును.

పాపాత్ముడు సర్వకాల సర్వావస్థలయందు పాపకావించుచుండును. అతడు ధనవంతుడగుగాక, నిర్ధనుడగుగాక లేక మధ్యతరగతి వ్యక్తి అగుగాక ఇదేరీతిగ పుణ్యాత్ముడు ఆశుడెట్టి స్థితియందున్నను ఉపకారమే చేయుచుండును. అట్లుగుట పాపపుణ్యములు మానసికములుగాని ధనదారిద్ర్యములతో సంబంధముగలవి కావు. అంతరంగమున దాగియున్న పాపము అవకాశము లభించినంతనే, దానికనుకూల పరిస్థితులు తోడుకాగానే తానంతటదీ

జహిరంగమయిరీరును. పరిస్థితులు పాపమును సృజించలేవు. ఒకవ్యక్తి స్వీయార్థికి స్థితిపట్ల అసంతుష్టచిత్తుడయి యుండుటొక విషయము. సహజముగ నిర్దనుడుగ నుండుట మఱొక విషయము. అనేకమందికి సంవత్సరాదాయము వేలకొలది రూపాయలుండును. వారికి గృహస్థభారము అంతగ నుండదు. శ్రమ చేయవలసిన పనియు నుండదు. అయినను వారు తమను పేదవారుగానే భావించుకొను చుండురు. ధనతృప్తయే వారి యీభావనకు మూలకారణము. వాస్తవమునకు వారి యీ వ్యాకులతకు, వ్యక్తగతకు కారణము దార్శిద్యముకాదు. అధికముగ, అధికాధికముగ ధనమును కూడబెట్టవలయునను వారిదురాశయే, పేరాశయే వారిదుఃఖమునకు కారణమయియున్నది. వారి దార్శిద్యము మనోకల్పితమేకాని ధనాభావమువలన కలిగినది కాదు. మానవుడు తృప్తకు వశీభూతుడయి, సంతృప్తిలేని వాడయి ఎక్కువధనమును, పేరాశను కలిగియుండువఱకు గర్భదర్శిదుడుగనే యుండును. పేరాశ వారిని విడువనంత వఱకు ఆతడు తనను పేదవానినిగనే భావించుచుండును. ఈ దృక్కోణముతో చూచినయెడల ఆతడు ధనవంతుడయ్యు పరమదర్శిదుడే. ఏలననగా లోభము మనోదార్శిద్యసంభూతము. ఒకలుబ్ధాశ్రేయర చక్రవర్తియగు కోటిశ్వరుడు తాను గుడ్డిగవ్వసయితములేని గర్భదర్శిదుడుగ నున్నపుడు తన్నెట్లు దర్శిదునిగ, దీనునిగ భావించుకొనుచుండెడివాడో కోటిశ్వరుడయినపుడును తనను దర్శిదునిగనే భావించుకొనుచుండును.



ఎంతోమంది తమ పేదరికములొన నే మ్రగ్గుచు అంతే  
సంతృప్తి జెందుచు జీవితము గడుపుచున్నారు. ఇట్టివారు  
సంతృప్తికి పెద్దర్థము తీయుచున్నారు. సంతృప్తి యెచ  
మనము జీవనపథమున ముందునకు పయనించకుండ ఆగి  
పోవడంకాదు. దారిద్ర్యము, సోమరితనము, ముఱికి, మూర్ఖ  
త్వము, అశ్లీల ప్రసంగములు, ముఱికిపేటలు, ముఱికి  
యిండ్లలో నివసించుట సంతృప్తికి చిహ్నములుగావు. ఇట్టి  
సంతృప్తి మూర్ఖత్వ మనిపించుకొనును. ఇట్టి దారిద్ర్యము  
సహజమైనదికాదు. ఇది మాసిసక దౌర్బల్య రూపమేకాని  
అన్యముకాదు. ఈ మనోదౌర్బల్యమునుండి మనము మెల  
కువగ నుండవలెను. ఈ సమస్యాపరిష్కారమునకు ఒకేఒక  
ఉపాయము కలదు. మన దారిద్ర్యబంధ మోక్షమునకు  
ఒకేఒక ఉపాయముగలదు మనదారిద్ర్యబంధ మోక్షమునకు  
మనము బాహిర ప్రపంచాన్వేషణముకంటె ఆత్మాన్వేష  
ణమే పరిష్కారమార్గము. మానవుడు అంతరంగమున పరి  
శుద్ధుడుగనుండునేని బాహ్యప్రపంచమునగల ముఱికి ప్రదేశ  
ముల నివసింప నిచ్చగింపడు. అవమానముల సహించ నిష్ట  
పడడు. ఆతడు తనమనస్సును నిర్మలముగ, నిర్దోషముగ  
జేసికొనినచో తన గృహమును పరిశుభ్రముగ నుంచు  
కొనును. తన ఆత్మీయులను బాగుచేయును. క్రమముగా  
తనపేటను, నగరమును, దేశమును బాగుచేయుటకు ప్రయ  
త్నించును. ఈ విధముగ ప్రతి మనుష్యుడు మొట్టమొదట  
నతను సంస్కరించుకొనవలెను. పిమ్మట ఆతడుఇతరులః

సంస్కరింపగలడు. ఆతని మార్పుచేందిన మనస్సు ఆతని మారినజీవితములో కనబడుచుండును.

కర్తవ్యనిష్ఠవలన మానవుడు దారిద్ర్యమును నిర్మూలించుకొనుటయేగాక అధ్యుదయపథమును కనుగొనగలడు. అవుదారదుసంపన్నుడు, సౌఖ్యవంతుడు, సఫలమనోరథుడు, స్వతంత్రుడు కాగలడు. ప్రశాంతముగ నిశ్చలచిత్తముతో ఆలోచింతువేని జీవితమందలి సమస్తాభివృద్ధులకుకర్తవ్యనిష్ఠ మూలము. దీనివలన శారీరకబలము కలుగును. కష్టపడిపని చేయుస్వభావము ఏర్పడును. జీవితముయొక్క ప్రతివ్యవహారమును జాగ్రత్తగ గమనించు ప్రవృత్తి అలవడును. కర్తవ్యనిష్ఠవలన మనలో ఏ కాగ్రత, సాహసము, సత్యసంఘత, వ్రజసంకల్పము స్వావలంబనము పెంపొందగలవు. సకల సఫలతలకు కీలకమనదగు ఆత్మవిశ్వాస భావనసయితము కర్తవ్యనిష్ఠవలననే నృద్ధినందుచున్నది.

జీవితములో సంపూర్ణముగ సఫలమనోరథుడయిన ఒకవ్యక్తిని మీసఫలతకు రహస్యమేమిటనిప్రశ్నింప అవుదాయన “నేనుప్రతిదినము ప్రాతఃకాలమున 6 గంటలకు మేల్కొచ్చెదను. వెంటనే నాకర్తవ్యకర్మయందు నిమగ్నుడనై యుందును” అని జవాబొసంగెను. మిక్కిలిపరిశ్రమించి, స్వకార్యమును చక్కగసక్రమముగ సాధించుకొను నట్టియు అన్యులకార్యములకు అవరోధములను గల్పింప నట్టియు నగువ్యక్తియే సఫలతాసాధకమును ప్రాప్తింప జేసికొనగలడు. అట్టివ్యక్తి గౌరవభాజనుడు, ప్రభావశాలి. ప్రతిభావంతుడు కాగలడు.



మిక్కిలి పేదలకు, మిల్లులలో పనిచేయు కార్మికులకు ఏదేని ప్రత్యేకవిద్యగాని, పనిగాని నేర్చుకొనుట కవకాశముగాని, సమయముగాని లభింపదని కొందఱు నుడువుచుందురు. ఇది పొరపాటు ఏదేని ఒక ప్రత్యేక కళగాని, కార్యముగాని, విద్యగాని అభ్యసించుటకువలయు కమగు సమయము, సదవకాశము సర్వములకు తమ కంఠు బాటులోనే యుండను. కాని వారు తమ అశక్తవలన సోమరితనమువలన వాటినుపయోగించుకొనలేకున్నారు.

పై నుదహరించిన పేదలకు, మిల్లు కూలీలకు సయితము సమయము, అవకాశము లభింపగలవు. ఏ కార్మికులు తాము పనిచేయు కర్మాగారములలోనే తమ ప్రస్తుత స్థితిలోనే సంతృప్తినంద గోరెదరో వారు ఆ కర్మాగారములలోనే మిక్కిలి పరిశ్రమతో యజమానియందు భక్తివిశ్వాసములతో పనిచేయవచ్చును. వారు తమ యిండ్లలోనికి సారా, జూదము మున్నగు దుర్వ్యసనములు బ్రవేశింపనీయకుండ చూచుకొనవచ్చును. వారు తమ తీరిక వేళలలో విద్యనభ్యసించి ఉన్నతి నందవచ్చును. పేదలకేమి, భాగ్యవంతులకేమి సమస్తజనులకు దుర్వ్యసనములు, దురభ్యాసములే శత్రువులనుట నిస్సందేహము. ఏ యువకుడు తన జీవితములో ఉన్నతి నందగోరునో ఆతడు సారాయి త్రాగుట, పొగాకు త్రాగుట, వ్యభిచరించుట, రాత్రులందు ప్రొద్దుపోవువఱకు మేల్కొనియుండుట, నృత్యసంగీతాదులలో, క్లబ్బులలో, సినిమాలలో కాలక్షేపము చేయు

చుండుట మానుకొనవలెను. నేడు భారతదేశములో శ్రమజీవులతో జూదమాడుట, సారాయి తాగుట అధికముగ వాడుకలోకలదు.

ఇట్టివ్యక్తులు తమమిగులుసమయమును తమను విద్యావంతులుగ జేసుకొనుటకు సద్వినియోగము చేసుకొన్నచో ఎంత బాగుండును. ఇదివారి పరమధర్మము. ఈపద్ధతి ననుసరించుటచే ప్రతి దేశములో ధనవంతులు, నిర్ధనులు ఉభయులు ఘనకార్యములు సాధించియుండిరి. మహాన్నతినందిరి. దేశవిదేశములలో రాజకీయవేత్తలుగ, దేశోద్ధాతకులుగ సంఘసంస్కర్తలుగ నూతనధర్మసంస్థాపకులుగ సుప్రసిద్ధులయిన మహాపురుషులందఱు సామూన్య పేదకుటుంబములలో జననమందినవారే దేశవిదేశ దేశచరిత్రలే ఇందుకు ప్రమాణములు.

కార్మికులు తమ మిగులు సమయమును తమకు ప్రయోజనకరముగనుండు ఏదేని పనికి వినియోగింపదగుననియు, తమసమయమును శుష్కప్రసంగములకుగాని, సనికిమాలిన పనులకుగాని వృథాపుచ్చరాదనియు మేము పలుసార్లు హెచ్చరించియుంటిమి. ఎవరుతమ సస్తుత దీన హీనస్థితికి అసంతృప్తి జెంది దిగులుపడియున్నారో ఎవరు తమ భవిష్యత్తును ఉన్నతము ఉజ్వలము గావించుకొన గోరెదరో వారుతామెంత నిరుపేదలో అంతకష్టపడి సహనముతో, ధైర్యముతో పరిశ్రమించి తమజ్ఞాన్నత్యము

కొఱకు కృషి పలువురుగుగాక! విఘ్నములు, విపత్తులు ఇట్టి  
నిర్భాగ్యులకు జ్ఞానోపదేశములయి, వారిపాలిట వరప్రసాద  
ములయి, వారిజీవిత పురోభివృద్ధికి మూలకందములగుగాక!

దార్శిద్యము మానవునిపాలిట శాపమా! లేక వర  
ప్రసాదమా! అనునది మానవుని చరిత్రపయి, ఆతనిమానసిక  
స్థితిపయి ఆధారపడి యున్నది. ఈరీతిగనే ధనముకూడ  
మానవునిపాలిట వరప్రసాదమా లేక అభిశాపమా అనునది  
మానవుని మానసిక స్థితిపయి ఆధారపడియున్నది. రష్యా  
దేశ స్త్రీలు, సుప్రసిద్ధ రచయిత, తత్త్వవేత్తయు నగు  
టాల్ స్టాయి గొప్పజమీందారు, ధనాధ్యుడయి యుండెను.  
ఆయన తనధనము కారణముగ మిక్కిలి బాధపడుచుండెడి  
వాడు. ధనముపేరు విన్నంతనే ఆయన కృంగిపోవుచుండెడి  
వాడు. ఒక లుబ్ధురేసరచక్రవర్తి ధనముకొఱకు ఎంత  
ఆతురత, ఆరాటపడుచుండునో టాల్ స్టాయి నిర్ధనుడగుటకు  
అంత ఆరాటపడుచుండెడివాడు.

ఎప్పుడు మానవుని మనస్సునుండి లోభము, స్వార్థము  
వెడలిపోవునో ఏదినమున సారాయిత్రాగుట, సోమరితనము,  
దురాచారములు, భోగవిలాసములు, మానవసంఘమునుండి  
శాశ్వతముగ తొలగిపోవునో ఆ దినమున ధనవంతులు,  
నిర్ధనులు అను భేదము నశించిపోవును. ఏ కొద్దిమంది పవిత్ర  
హృదయముగోతప్ప ఇప్పటివఱకు తమ కర్తవ్యముల

పాలింపని అశేషజనులు అప్పుడు తమ కర్తవ్యముల పరమ  
సంతోషముతో పాలింప నారంభింతురు. అప్పుడు సమస్త  
జనులు ఆత్మగౌరవ సమన్వితులయి, ప్రళాంత హృదయ  
లయి తమ పరిశ్రమను సఫలమొనరించుకొందురు.

---

# మానవుని ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము

మానవుని మనస్సు, జీవితమే ఆతని సామ్రాజ్యము. మేము మొనరించు దినుడువుచున్నట్లు మానవుని ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము అత్యంత విశాలమయినది. అఖండమయినది. ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము భౌతిక సామ్రాజ్యమునకు భిన్నమయినదికాదు. అది తనవలెనే పరిమితమయినది కాదు. అది ప్రతిమానవునితోను, సమస్తప్రకృతితోను, అతడు నివసించు పరిసరములతోను, వాతావరణములతోను ఇంతయేల యావత్ప్రపంచముతోను సన్నిహితసంబంధము గలిగియున్నది. ఏవ్యక్తి తన మనస్సును జయించెనో ఆతడు సర్వప్రపంచమునే జయించినవాడగును, ఆత్మవిజయమున వలన ఆతడు వివేకశిఖరాగ్రమున నధిష్ఠింపగలుగుచున్నాడు. అపుడాతడు మానవపరభావ పరిజ్ఞాతయగుచున్నాడు. అపుడాతడు మంచిచెడుగులు తెలుసుకొనగలుగుచున్నాడు. తాను గావించుకార్యముల పరిణామములను సయితము చక్కగ ఆకలింపచేసుకొన గలుగుచున్నాడు.

వర్తమానయుగమున మానవుడు రకరకముల ఆలోచనలలో మునిగి తేలుచున్నాడు. అవి తమ యిష్టమువచ్చినట్లు వానిని ఆడించుచున్నవి. కాని ఆతడు ఆ ఆలోచనలను తనవశము గావించుకొనుటలో తనజీవితమును శాసింపగలడు. తనజీవితమునే కాదు ప్రపంచమును జయించగలడు.

మూర్ఖుడులేన్ను మిశ్రహాయింతుకొని ఇతరుల శాసింపగలనని  
 తలంచుచుండును. ఈరీతిగ మూర్ఖులు బాహ్యపరిస్థితులను  
 జక్కదిద్దుటచే తాము సుఖపడగలమని తలంచుచుండురు.  
 కేవలము బాహ్యవిషయములవలన సుస్థిరమగు శాంతి,  
 సుఖము లభింపజాలవు. వివేకము కలుగజాలదు. కేవల  
 బాహ్యోపచారములవలన రోగి శరీరము స్వస్థము, సౌఖ్య  
 వంతము కాజాలదు. మానవుడు తనమనస్సును జయించ  
 నంతవఱకు బాహ్యప్రపంచమున ఎన్ని విజయములు సాధించి  
 నను అవి అపజయములేయగును. నీపొరుగువాని స్వత్వముల  
 అపహరించుటలో, దుర్బలుని, అమాయకుని మోసగించు  
 టలో మనము జీవితములో విజయము సాధించినట్లుకాదు.  
 నీ పొరుగువాని స్వత్వములను రక్షించుటలో దుర్బలులకు,  
 దుఃఖితులకు సాహాయ్య మొనరించుటలోనే వాస్తవికమగు  
 విజయముకలదని భావింపవలెను. మానవుడు తన మనస్సును  
 వశపఱచుకొనినపుడు బాహ్యపరిస్థితులను తన కనుకూలము  
 గావించుకొనుటకయి ఎక్కువ కష్టపడనక్కఱలేదు. అవి  
 నాటంతటవే అనుకూలములు కాగలవు. అపుడాతని అంత  
 రంగమున ఆనందప్రసాదస్సు తరంగాయితమయి తనంతటది  
 ప్రవహింపగలదు. ఏలననగా అపుడాతనికి దైవబలము  
 లభింపగలదు. అపుడాతని జీవితము శాంతికి నిలయుమగు  
 చున్నది. అపుడాతనిపాపములు పటాపంచలములగుచున్నవి.  
 కామక్రోధాది వికారములు విదూరితము లగుచున్నవి.  
 అపుడాతని శరీరముసయితము శక్తిమంతమగుచున్నది.



మానవుడు తనమనస్సును శాసించుకొనుచు. తనకుదానే యజమాని. ఆతడు తనమనస్సును నిలువరించినవలెను. ఆతని జీవితము అసంతృప్తికరముగ, అసంతృప్తికరముగ నుండ గలదు. ఏ మానసికశక్తులవలన మానవాధ్యాత్మికతను ఏర్పడినదో ఆ మానసికశక్తులే ఆతని ఆధ్యాత్మిక జీవితమునకును ఉపకరించగలవు. వట్టిశరీరము నిర్మలనిధియైనది కాదు. అది మాంసపుముద్దమాత్రమే. శరీరమును శాసించజూచుకొనుకొద్దాదులను నిరోధింపగల స్వభావము, శక్తిసామర్థ్యములు కేవలము మనస్సునకుమాత్రమే కలవు.

ప్రతిమనుష్యుడు పరిస్థితుల కనుకూలముగ తన మనస్సును ఏర్పరచుకొనవలెను. తనమనస్సును వశమొనరించుకొని దానిని అధోచితమున నుంచుకొనవలెను. మనుష్యుడు చిరకాలమువలకు బ్రహ్మవిషయములకు బానిసగనున్నాడు. కాని ఆతని జీవితములో ఏదోఒకనాడు ఆతని ఆధ్యాత్మికనేత్రము తెలువబడిగలదు. అపుడాతడు నేనింతవలెకు నా అసంయమిత, అపవిత్రమనస్సునకు దాసుడుగా నుంటినని గ్రహించు శుభముహూర్తము రాగలదు. అపుడాతడు మేల్కొనగలడు. ఆశుభదినము ఆతని జీవితమునకుఒక నూతనశక్తిని, నవ్యోత్సాహమును కలుగజేయును. ఆతనివిధినే తలక్రిందు చేయును, ఆదినము భిక్షుకుని రాజుగను, అల్పబుద్ధిని మహామనీషిగను జేయగలదు. ఆదినము ఆతని జీవితచరిత్రలో స్వర్ణాక్షరములతో లిఖింపబడియుండును. అపుడాతడు ఆధ్యాత్మికగదైవధిషింపగలడు.

181  
ELE

56

మానవుడే కర్త

అవుడాతడు తనకోరికలకు, విషయవాసనలకు దాసుడుగనుండ  
జాలడు. అతడెంత దీనహీన భిక్షుశస్థితినుండి ధనవంతుడుగ  
మారినది, ఏరీతి ఉన్నతశిఖరము ఆరోహించినది తెలిసికొని  
తనమనస్సులో సంభ్రమాశ్చర్య సంభరితుడగును. ఇవు  
డాతనిరోజులు మారినవి ఇవుడాతడు తనమనోవికారముల  
నిర్మూలించివైచి శాంతిపథమున పయనించు చున్నాడు  
అవుడాతడు ఆయా యుగములలో జనుల అజ్ఞాన దార్పిద్య  
ముల నిర్మూలించిన మహాపకారులయిన మహాపురుషుల  
శ్రేణికి జేరుచున్నాడు.

---